

**LAPORAN**  
**PRAKTIK LAPANGAN TERBIMBING (PLT)**  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

SD NEGERI GADINGAN  
Durungan, wates, Kulon Progo  
Dosen Pembimbing Lapangan ( DPL-PLT) : Sriawan, M. Kes



Disusun Oleh :  
Muhammad Ilyas Maulana  
14604221041

**PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN JASMANI**  
**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**2017**

## HALAMAN PENGESAHAN

Laporan kegiatan Praktik Lapangan Terbimbing (PLT) 2017 Universitas Negeri Yogyakarta di SD Negeri Gadingan ini telah disetujui dan disahkan sebagaimana mestinya.

Nama : Muhammad Ilyas Maulana  
NIM : 14604221041  
Jurusan/Prodi : PGSD/PGSD-PENJAS  
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Telah melaksanakan PLT di SD Negeri Gadingan pada tanggal 15 September 2017 sampai dengan 15 November 2017. Hasil kegiatan tercakup dalam laporan ini.

Disahkan pada hari/tanggal: 15 November 2017

Wates, 15 September 2017

Mengetahui,

Koordinator PLT

Guru Pembimbing



**Hari Kuntoro, S.Pd.**  
NIP. 19781114 201406 1 001



**Sumilah, S.Pd.**  
NIP. 19630903 198403 2 008

Dosen Pembimbing Lapangan



**Sriawan, M.Kes.**  
NIP. 1958 03 301987031003



**Vadmo, S.Pd.**

NIP. 19641115 198703 1 007

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur penulis ucapkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa yang senantiasa melimpahkan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga kegiatan PLT dapat terlaksana dengan baik. Laporan ini disusun sebagai bentuk pertanggungjawaban secara tertulis dari pelaksanaan PLT di SD Negeri Gadingan Wates dari tanggal 15 September 2017 sampai 15 November 2017.

Dalam penyusunan ini, penulis mendapat dukungan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Kedua orang tua yang telah memberikan dukungan moral maupun material.
2. Bapak Sriawan, M.kes selaku Dosen Pembimbing Lapangan
3. Bapak Ngadino, S,Pd selaku Kepala SD Negeri Gadingan
4. Bapak Hari Kuntoro, S. Pd selaku koordinator pelaksanaan PLT di SD Negeri Gadingan
5. Ibu Sumilah, S.pd selaku guru penjaskes dan selaku guru pamong PLT di SD Negeri Gadingan
6. Rekan-rekan PLT kelompok SD Negeri Gadingan yang telah membantu selama kegiatan berlangsung
7. Semua pihak yang telah membantu penulis.

Namun demikian, penulis menyadari bahwa laporan ini belum sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan karya penulis selanjutnya.

Wates, November 2017

Penulis,

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
KATA PENGANTAR .....	iii
DAFTAR ISI .....	iv
ABSTRAK.....	v
BAB I PENDAHULUAN	
A. Analisis Situasi.....	1
1. Permasalahan.....	1
2. Potensi Pembelajaran .....	1
B. Perumusan Program dan Rancangan Kegiatan PLT .....	9
BAB II PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL	
A. Persiapan PLT .....	20
B. Pelaksanaan PLT.....	22
C. Analisis Hasil Pelaksanaan dan Releksi .....	25
BAB III PENUTUP	
A. Simpulan .....	34
B. Saran .....	34
DAFTAR LAMPIRAN .....	vi
DAFTAR PUSTAKA .....	vii

**PRAKTIK PENGALAMAN KERJA  
PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN JASMANI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
LOKASI SD NEGERI GADINGAN**

**oleh:**

**Muhammad Ilyas Maulana**

**14604221041**

**ABSTRAK**

SD Negeri Gadingan merupakan salah satu sekolah yang ditunjuk oleh pihak UNY untuk menjadi lokasi PLT pada tahun 2017 di lokasi ini terdiri 8 mahasiswa/i program studi PGSD Kelas dan 6 mahasiswa/i dari program studi PGSD Penjas. Tujuan dari program PLT adalah untuk memberikan pengalaman kepada mahasiswa dalam bidang managerial dan pembelajaran di sekolah, memberikan pengalaman kepada mahasiswa dalam rangka melatih dan mengembangkan keprofesionalan dalam bidang keguruan atau pendidikan, memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk mengenal belajar dan memahami seluk beluk sekolah dengan segala permasalahannya serta memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk menerapkan pengetahuan dan kemampuan yang telah dimiliki dalam proses pembelajaran.

Program kegiatan PLT adalah mengajar mata pelajaran dasar selama kurang lebih dua bulan terhitung dari tanggal 15 September 2017 sampai dengan 15 November 2017. setiap mahasiswa melakukan praktik mengajar penjas sebanyak delapan kali pertemuan secara terbimbing oleh guru pamong yang ada di sekolah. Sebelum proses pembelajaran dilaksanakan di lapangan, praktikan menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) juga membuat media pembelajaran untuk mempermudah jalannya pembelajaran. Sebelum praktikan mengajar, mahasiswa berkonsultasi terlebih dahulu dengan guru pamong, agar mendapat arahan saat mengajar dan menyempurnakan RPP.

Dari pelaksanaan kegiatan PLT, dapat disimpulkan bahwa kegiatan PLT, dapat memberikan pengalaman kepada mahasiswa dalam pengembangan kompetensi di bidang pendidikan, memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk belajar dan mengenal segala permasalahan di sekolah terkait dengan proses pembelajaran, memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk menerapkan ilmu, pengetahuan, dan ketrampilan yang telah dipelajari dalam kehidupan nyata di sekolah, serta dapat meningkatkan hubungan kemitraan yang baik diantara UNY dengan sekolah yang terkait.

***kata kunci : PLT SD Negeri Gadingan, Kegiatan PLT***

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. Denah SD Negeri Gadingan .....	37
Lampiran 2. Bagan Struktur Organisasi SD Negeri Gadingan .....	38
Lampiran 3. Data Guru SD Negeri Gadingan .....	39
Lampiran 4. Data Siswa SD Negeri Gadingan .....	40
Lampiran 5. Jadwal Pelajaran SD Negeri Gadingan .....	46
Lampiran 6. Jadwal Praktik Mengajar Terbimbing .....	50
Lampiran 7. Jadwal Praktik Mengajar Mandiri .....	54
Lampiran 8. Jadwal Ujian Praktik Mengajar .....	58
Lampiran 9. Matriks Kegiatan PLT .....	59
Lampiran 10. Rekapitulasi Dana Kegiatan .....	60
Lampiran 11. Dokumentasi Kegiatan .....	62
Lampiran 12. Catatan Hari.....	67
Lampiran 13. RPP .....	124

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

Praktik Lapangan Terbimbing (PLT) merupakan salah satu mata kuliah wajib yang harus di tempuh oleh seluruh mahasiswa UNY yang mengambil jurusan kependidikan, dalam pelaksanaannya mahasiswa melaksanakan tugas-tugas kependidikan tenaga pendidik dalam hal ini guru yang meliputi kegiatan praktek mengajar atau kegiatan pendidikan lainnya. Hal tersebut dilaksanakan dalam rangka memberikan pengalaman nyata kepada mahasiswa agar dapat mempersiapkan diri sebaik-baiknya sebelum terjun ke dunia kependidikan sepenuhnya.

Sebelum dilaksanakan kegiatan PLT, mahasiswa telah menempuh kegiatan observasi dan mengikuti mata kuliah magang I dan II. Dalam pelaksanaan PLT di SD N Gadingan terdiri dari 6 mahasiswa prodi PGSD Penjas dan 8 mahasiswa dari prodi PGSD Kelas. Pengalaman-pengalaman yang diperoleh selama PLT diharapkan dapat dipakai sebagai bekal untuk membentuk calon guru tenaga kependidikan yang profesional.

Praktik Lapangan Terbimbing (PLT) merupakan kegiatan terpadu. Program kegiatannya saling terintegrasi dan saling mendukung satu dengan yang lainnya untuk mengembangkan kompetensi mahasiswa sebagai calon pendidik dan tenaga kependidikan lainnya. Dengan kegiatan ini maka mahasiswa di harapkan dapat mendapatkan pengalaman, ketrampilan, dan juga pengetahuan baru sehingga mahasiswa tidak merasa kesulitan ketika harus terjun dalam masyarakat maupun dalam dunia pendidikan sesuai dengan kemampuan dan bidang keilmuannya.

#### **A. Analisis situasi**

Sebagai kegiatan awal sebelum digunakan sebagai gambaran wawasan pada saat melaksanakan kegiatan Praktik Lapangan Terbimbing (PLT). Kegiatan observasi di sekolah ini bertujuan untuk mengetahui potensi sekolah, kondisi fisik atau non-fisik sekolah serta kegiatan praktik belajar mahasiswa terjun dalam kegiatan Praktik Lapangan Terbimbing (PLT), mahasiswa terlebih dahulu dituntut untuk melaksanakan observasi yang nantinya dapat mengajar. Hal ini dimaksudkan agar peserta PLT dapat mempersiapkan program-program kegiatan yang akan dilaksanakan dalam PLT.

##### **1. Profil Sekolah**

###### **a. Identitas Sekolah**

Nama Sekolah	: SD N GADINGAN
Nomor Statistik Sekolah	: 101040401031
Status Sekolah	: NEGERI
NPSN	: 20403097

b. Alamat Sekolah

Jalan	: DURUNGAN
Kelurahan	: WATES
Kecamatan	: WATES
Kota	: KULON PROGO
Propinsi	: DIY
Telepon / Fax	: 08282920763
Email	: <a href="mailto:gadingansd@gmail.com">gadingansd@gmail.com</a>
Status Gedung	: Hak Pakai
Status Akreditasi	: A
Nama Yayasan	: -
Tahun Berdiri	: 1976
Nomor SK Pendirian Sekolah	: -
Nomor Akte/Sertifikat Tanah	: -
Luas Tanah	: 1852
Luas Bangunan	: 909.35
Luas Tanah Kosong	: 942.65 M2

c. Identitas Kepala Sekolah

Nama Kepala Sekolah	: NGADINO, S.Pd
NIP / Golongan	: 19541115 198703 1 007 / IV/a
Alamat	: Gletak, Kedungsari, Pengasih, KP
Telp Rumah /HP	: 085292323662

Untuk meningkatkan kualitas pendidikan di SD Negeri Gadingan, maka sekolah ini memiliki visi dan misi dalam pencapaiannya yang meliputi:

d. Visi SD Negeri Gadingan



## TERCAPAINYA PRESTASI YANG TINGGI DI SD NEGERI GADINGAN BERDASARKAN IMAN DAN TAQWA

### e. Misi SD Negeri Gadingan

- 1) Untuk mencapai visi tersebut, SD Negeri Gadingan menetapkan misi sebagai berikut:
- 2) Terwujudnya Ketaqwaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa melalui semua mata pelajaran dan kegiatan.
- 3) Terciptanya kebiasaan hidup disiplin di sekolah maupun di luar sekolah.
- 4) Tercapainya peningkatan hasil prestasi belajar akademik maupun non akademik.
- 5) Terwujudnya peningkatan sumber daya insani yang memiliki integritas tinggi, kreatif, cerdas, terampil dan percaya diri.
- 6) Terlaksananya pembelajaran dan bimbingan dengan intensif untuk mencapai tingkat ketuntasan dan daya serap yang tinggi.
- 7) Terbekalnya siswa agar memiliki suatu ketrampilan hidup di masyarakat (life skill)
- 8) Menanamkan pendidikan karakter melalui semua mata pelajaran.
- 9) Mengembangkan gemar membaca, rasa ingin tahu, bertoleransi, bekerja sama antar semua peserta didik.

### f. Tujuan SD Negeri Gadingan

SD Gadingan Wates Kulon Progo dalam satu tahun pelajaran mempunyai tujuan sebagai berikut.

- 1) Mempertahankan agar semua lulusan siswa kelas VI bisa diterima di Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN).
- 2) Semua siswa kelas I-III sudah lancar membaca, menulis, berhitung (CALISTUNG).
- 3) Bagi siswa kelas III, IV, V, VI sudah melaksanakan sholat lima waktu secara teratur bagi yang beragama Islam, dan aktif beribadah bagi siswa yang beragama lainnya.
- 4) Mengusahakan minimal kelas V dan VI menjalankan sholat Duha untuk mohon kemudahan dalam menghadapi segala urusannya.

- 5) Meningkatkan kegiatan keagamaan dan mampu mempraktikan secara benar, dan mempersiapkan dalam lomba keagamaan.
- 6) Meningkatkan PBM agar ada peningkatan ranking tingkat Kecamatan.
- 7) Mempersiapkan untuk mengikuti lomba Olimpiade MIPA agar mendapatkan kejuaraan tingkat Nasional.
- 8) Mengoptimalkan kegiatan Pramuka untuk membentuk jiwa Patriotisme.
- 9) Meningkatkan kemampuan siswa tentang olahraga, komputer, seni lukis, dan seni suara untuk mengikuti lomba.

## 2. Potensi Pembelajaran

### a. Kondisi Fisik Sekolah

Sekolah SD Negeri Gadingan berada di Durungan, Wates, Wates, Kulon Progo. Sekolah ini memiliki luas tanah 1852 m<sup>2</sup> dan luas bangunan 909.35 m<sup>2</sup> merupakan sekolah dengan fasilitas yang cukup baik serta mendukung pengembangan serta peningkatan kompetensi siswa dibidang akademik maupun non-akademik. Beberapa ruangan kelas, ruang UKS, mushola, perpustakaan serta ekstrakurikuler yang ada di sekolah diharapkan dapat terus memberikan pelayanan yang terbaik bagi siswa dan para karyawan dan guru. Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan sebelum pelaksanaan PLT diperoleh data SD Negeri Gadingan memiliki sarana dan prasarana sebagai pendukung kegiatan belajar mengajar sebagai berikut:

TABEL Prasarana SD Negeri Gadingan

No	Nama Prasarana		
	Jenis	Jumlah	Kondisi
1.	Ruang Kepala Sekolah	1	Baik
2.	Ruang Wakil Kepala	1	Baik
3.	Ruang Kantor Guru	1	Baik
4.	Ruang Karyawan Tata	1	Baik
5.	Ruang Perpustakaan	1	Baik
6.	Ruang UKS	1	Baik
7.	Halaman Parkir	1	Baik

8.	Halaman Parkir Sepeda	1	Baik
9.	Mushola	1	Baik
10.	Ruang Kelas Belajar	6	Baik
11.	Ruang Kelas Belajar Sumber	1	Baik
12.	Ruang Kantin	1	Baik
13.	Kamar Kecil Guru	2	Baik
14.	Kamar Kecil Siswa	2	Baik
15.	Kamar Kecil ABK	1	Baik
16.	Lapangan Basket	1	Baik
17.	Ruang Dapur Umum	1	Baik
18.	Ruang Peralatan	1	Baik
19.	Gudang Sekolah	2	Baik

TABEL Sarana SD Negeri Gadingan

No	Nama Sarana		Kondisi			
	Jenis	Jumlah	Baik	Rusak		
				Ringan	Sedang	Berat
1.	Meja Guru	20	20	-	-	-
2.	Kursi Guru	15	15	-	-	-
3.	Meja Siswa	225	225	-	-	-
4.	Kursi Siswa	225	225	-	-	-
5.	Papan Tulis	10	10	-	-	-
6.	Alat Peraga IPA	5	5	-	-	-
7.	Lain-lain					

	LCD + Screen + sound	3	3	-	-	-
	Komputer	5	5	-	-	-
	Komputer (Administrasi)	1	1	-	-	-
	Printer	3	3	-	-	-

### 3. Potensi Siswa

#### a. Jumlah peserta didik

SD Negeri Gadingan menyediakan banyak kelas dengan kapasitas masing-masing berkisar 27-30 siswa. Adapun jumlah keseluruhan siswa adalah 174 siswa (89 siswa perempuan dan 85 siswa laki-laki).

TABEL Jumlah Siswa SD Negeri Gadingan Tahun 2017/2018

No	Nama Kelas	2017/2018			Jumlah Rombel
		L	P	Jumlah	
1.	Kelas I	12	15	27	1
2.	Kelas II	15	14	29	1
3.	Kelas III	14	16	30	1
4.	Kelas IV	16	14	30	1
5.	Kelas V	14	16	30	1
6.	Kelas VI	14	14	28	1
JUMAH		85	89	174	7

#### b. Prestasi

SD Negeri Gadingan termasuk salah satu sekolah yang aktif mengikuti perlombaan di beberapa bidang. Beberapa lomba dan prestasi yang pernah diikuti atau dicapai adalah sebagai berikut:

- 1) Juara 1 lomba Lukis Teknik Kolase tingkat Provinsi
- 2) Juara 1 lomba Tenis Meja tingkat Kabupaten
- 3) Juara 2 lomba Sepak Bola tingkat Provinsi
- 4) juara 1 Pidato tingkat kecamatan

#### 4. Tenaga Pengajar

Tenaga pengajar di SD Negeri Gadingan sebagian besar merupakan PNS. Jumlah guru saat ini adalah 11 (termasuk 1 GPK) dan 2 karyawan administratif. Sejatinya, kemampuan para guru dalam melakukan kegiatan pembelajaran sudah baik. Daftar guru dan tenaga administrasi di SD Negeri Gadingan adalah sebagai berikut :

##### a. Potensi Guru

Tenaga pengajar di SD Negeri Gadingan terdiri atas 13 orang (termasuk 1 orang Guru Pendamping Khusus) dan 2 orang karyawan. Berikut daftar tenaga pengajar dan karyawan SD Negeri Gadingan pada tahun ajaran 2017/2018.

Tabel 4. Daftar Guru dan Karyawan SD Negeri Gadingan

o.	Nama	NIP	L /P	Jabat an
1.	Ngadino, S.Pd.	19641115 198703 1 007	L	Kep ala Sekolah
2.	Hari Kuntoro, S.Pd.	19630903 198403 2 008	L	Wali Kelas VI
3.	Siti Munthoharoh, S.Pd.SD.	19630506 200501 2 007	P	Wali Kelas V
4.	Rini Astuti, S.Pd.	19820812 201406 2 004	P	Wali Kelas III
5.	Fajri Susanti, S.Pd.	19820719 201406 2 001	P	Wali Kelas II
6.	Istinganah, S.Pd.	19701124 200501 2 004	P	Wali Kelas I
7.	Sumilah, S.Pd.	19630903 198403 2 008	P	Guru PJOK
8.	Suhartini, S.Pd.SD.	-	P	Wali Kelas IV
9.	Kasijan, A.Ma.Pd.	19590731 198202 1 001	L	Guru PAI
10.	Trias Anggasari, S.Pd.	-	P	Guru Tari dan TPA
11.	Indah Sulistyawati, S.Pd.	19750312 200604 2 012	L	GPK

12.	Arin Yuliani	-	P	Tena ga Adminis- trasi
13.	Ageng Wibowo Budi Prasetyo	-	L	Penj aga sekolah

#### 5. Permasalahan yang dihadapi oleh mahasiswa PLT

- Beberapa siswa terlanjur akrab dengan mahasiswa PLT terkesan santai dan kurang serius dalam proses pembelajaran serta kurang dapat menghargai bahwa mahasiswa PLT yang ada di sana adalah guru mereka.
- Adanya beberapa siswa yang kurang antusias dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar, tidak patuh terhadap apa yang diperintahkan guru sehingga cenderung mencari perhatian dan membuat gaduh. Hal ini tentu mengganggu kegiatan belajar mengajar.
- Adanya beberapa anak berkebutuhan khusus yang berpotensi mengganggu jalannya proses pembelajaran.
- Kurangnya sumber daya manusia dikarenakan jumlah staf pengajar yang terbatas sehingga ketika salah satu guru berhalangan hadir maka tidak ada guru pengganti sementara itu ketika terjadi agenda-agenda besar yang melibatkan tenaga dalam jumlah banyak.
- Kurang teganya peraturan sehingga sebagian murid ada yang berbicara tidak sopan.

#### B. Perumusan Program dan Rancangan Kegiatan PLT

Berdasarkan analisis situasi dari hasil observasi, terdapat beberapa permasalahan yang sekiranya perlu dipecahkan. Maka penulis berusaha merancang program kerja yang di susun dalam bentuk matrik dan diharapkan dapat menjadi stimulus awal bagi pengembangan sekolah. Program kerja yang direncanakan telah mendapat persetujuan Kepala Sekolah, Dosen Pembimbing Lapangan dan hasil mufakat antara guru pembimbing dengan mahasiswa. Program yang akan dilakukan adalah penyusunan perangkat pembelajaran. Dalam menyusun perangkat pembelajaran berupa RPP, sebelumnya juga berkonsultasi dengan DPL dan guru pembimbing serta guru penjas terkait dengan permasalahan format yang nantinya akan dipergunakan

dalam proses praktek mengajar, sehingga diakhir nanti pada saat pembuatan laporan akhir sudah bisa dipastikan sesuai dengan format yang direkomendasikan.

Dari matrik program kerja, kemudian di rumuaskan dalam rancangan pelaksanaan. rancangan kegiatan PLT yang dilakukan sebagai berikut di SD Negeri Gadingan.

#### 1. Perumusan Program

No	Hari, Tanggal Pelaksanaan	Kelas	Mata Pelajaran
1.	Kamis, 5 Oktober 2017	II	Penjasorkes
2.	Jum'at, 13 Oktober 2017	I	Penjasorkes
3.	Senin, 16 Oktober 2017	IV	Penjasorkes
4.	Selasa, 17 Oktober 2017	VI	Penjasorkes
5.	Selasa, 24 Oktober 2017	VI	Penjasorkes
6.	Seelasa, 31 Oktober 2017	VI	Penjasorkes
7.	Selasa, 7 November 2017	V	Penjasorkes
8.	Selasa, 14 November 2017	V	Penjasorkes

#### 2. Rancangan Kegiatan PLT

##### a. Perencanaa Praktik Mengajar

###### 1) Observasi lapangan

Kegiatan ini bertujuan agar mahasiswa mengenali lingkungan sekolah tempat mereka praktik mengajar.

###### 2) Pembuatan rencana pelaksanaan pembelajaran

###### 3) Pencarian referensi dan materi ajar

###### 4) Persiapan meia pembelajaran

###### 5) Penyiapan instrumen evaluasi pembelajaran

##### b. Pelaksanaan Praktik Mengajar

###### 1) Pelaksanaan perencanaan pembelajaran di lapangan

###### 2) Pengoptimalisian pembelajaran dan membimbing siswa aktif berfikir dan bergerak

##### c. Evaluasi Praktik Mengajar

Evaluasi keberhasilan proses mengajar mahasiswa (oleh guru pembimbing dan dosen pembimbing)

## **BAB II**

### **PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL**

#### **A. Persiapan Praktik Pengalaman Lapangan**

Praktik Pengalaman Lapangan diadakan guna memberikan gambaran kepada mahasiswa tentang kehidupan di sekolah secara nyata. Mahasiswa diharapkan mampu mengaplikasikan ilmu pengetahuan dan ketrampilan yang akan mereka dapatkan di perguruan tinggi selama kuliah kedalam kehidupan sekolah yang baik. sebelum melakukan PLT di sekolah, para mahasiswa juga melakukan beberapa kegiatan sebagai persiapan sebelum mereka di terjunkan dan di tempat PLT. Adapun kegiatan sebelum PLT adalah sebagai berikut:

##### **1. Program Praktik Lapangan Terbimbing**

Pembekalan PLT dilaksanakan pada tanggal 11 September 2017 di Gedung Pelayanan Layanan Akademik (GPLA) di Fakultas Ilmu Keolahragaan. Dalam pembekalan PLT UNY disampaikan tentang mekanisme pelaksanaan PLT, teknik PLT, dan beberapa kiat serta teknik untuk menghadapi masalah yang mungkin terjadi selama PLT. Adapun tujuan dari pembekalan ini, yaitu:

- a. Memahami dan menghayati konsep dasar, arti, tujuan program pelaksanaan, dan evaluasi PLT.
- b. Mendapatkan informasi tentang situasi, kondisi, potensi dan permasalahan sekolah/lembaga yang akan dijadikan lokasi PLT, program, pelaksanaan, monitoring, dan evaluasi PLT.
- c. Memiliki bekal pengetahuan etika calon guru di sekolah dasar.
- d. Memiliki wawasan tentang pengelolaan dan pengembangan lembaga pendidik.
- e. Memiliki pengetahuan untuk dapat bersikap dan bekerja kelompok dalam rangka penyelesaian tugas.
- f. Memiliki bekal pengetahuan dan keterampilan praktis agar dapat melaksanakan program dan tugas-tugasnya disekolah/lembaga.

Materi Pembekalan Materi pembekalan berupa pengembangan wawasan mahasiswa, pelaksanaan pendidikan yang relevan dengan kebijakan-kebijakan baru bidang pendidikan, ke-SD-an dan materi yang terkait dengan teknis PLT.

##### **2. Observasi Pembelajaran di Sekolah**



Sebelum mahasiswa melaksanakan kegiatan PLT, mahasiswa diberi kesempatan untuk melakukan pengamatan dan observasi. Observasi yang dilakukan pada masa pra-PLT wajib dilaksanakan. Observasi tersebut dimaksudkan agar mahasiswa mempunyai gambaran situasi dan kondisi sekolah maupun siswa SD Negeri Gadingan. Observasi oleh mahasiswa Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas meliputi kemampuan guru dalam membuka pembelajaran, penyajian materi, metode pembelajaran, penggunaan waktu, teknik bertanya, cara memotivasi, teknik penguasaan kelas dan dilapangan, penggunaan media, bentuk cara evaluasi dan mengkomunikasikan, menutup pembelajaran, membuat perangkat pembelajaran, mengamati perilaku siswa. Hasil Observasi Proses Pembelajaran pendidikan jasmani di SD Negeri Gadingan :

a. Perangkat Pembelajaran

Pembuatan perangkat pembelajaran itu sangat penting karena perangkat pembelajaran tersebut untuk mengoptimalkan dalam proses pembelajaran, perangkat pembelajaran antara lain yaitu silabus, RPP. Seorang guru wajib untuk membuat perangkat pembelajaran tersebut supaya memudahkan dalam mengajar.

b. Proses Pembelajaran

1) Membuka pelajaran

Siswa dibariskan menjadi 2 barisan, sebelum memulai pembelajaran siswa berdoa, siswa dipresensi, setelah itu guru menjelaskan tentang materi yang akan diberikan, guru juga menyampaikan tujuan pembelajaran, setelah itu ada sesi tanya jawab tentang materi yang sudah dijelaskan.

2) Penyajian materi

Sebelum ke pembelajaran inti, siswa melakukan pemanasan terlebih dahulu. Pemanasan yang dilakukan yaitu pemanasan kalistenik ( statis dan dinamis ) dan permainan pemanasan.

3) Metode Pembelajaran

Saat dilapangan guru menggunakan metode ceramah, komando, demonstrasi, latihan, tanya jawab, dan bertanya.

4) Penggunaan bahasa

Penggunaan bahasa yang sering di gunakan oleh guru yaitu bahasa Indonesia namun sering menggunakan bahasa campuran juga, supaya siswa mudah menerima materi yang diberikan.

5) Penggunaan waktu

Penggunaan waktu sesuai alokasi waktu yang telah di tentukan.

6) Gerak

Siswa aktif selalu bergerak sesuai instruksi yang diberikan oleh guru.

7) Teknik bertanya

Guru menggunakan teknik bertanya yang mudah dipahami oleh siswa.

Misalnya dimodifikasi di ganti dengan gabungan permainan.

8) Cara memotivasi

Guru memberikan pujian kepada setiap siswa yang melakukan gerak, baik yang gerakan maupun geraknya kurang benar agar siswa lebih bersemangat dalam melakukan gerak selanjutnya.

9) Teknik penguasaan kelas

Guru aktif bergerak, tidak terpaku di satu tempat saja,namun berkeliling sehingga dapat mengawasi semua siswa, dan pembelajaran berjalan lancar.

10) Penggunaan media

Guru menggunakan alat dan media pembelajaran yang sesuai dengan kelas dan materi yang akan diberikan.

11) Bentuk, cara evaluasi dan mengkomunikasikan.

Guru memperbaiki gerakan siswa yang salah dan mencontohkan gerakan yang benar.

12) Menutup pelajaran

Siswa disiapkan dan dibariskan kemudian melakukan pendinginan penguluran pada anggota tubuh, di berikan kesimpulan tentang materi yang telah diberikan, kemudian di tutup dengan berdoa.

c. Perilaku siswa

1) Perilaku siswa di dalam Kelas

Siswa cenderung ramai, bercakap-cakap dengan teman sebangku dan sedikit siswa yang serius mengikuti pelajaran.

2) Perilaku siswa di luar Kelas

Para siswa berperilaku baik di luar kelas, aktif, ceria dan riang. Namun ada siswa juga yang sering mengganggu temannya, dan mencari perhatian yang berlebihan kepada guru.

Beberapa persiapan mengajar juga di lakukan sebelum mahasiswa melaksanakan praktik dilapangan. Persiapan tersebut meliputi:

a. Mempelajari silabus

Silabus ini memuat tentang:

1) Kompetensi Inti

Standar kemampuan yang harus di kuasai oleh siswa sebagai hasil dari mempelajari materi-materi pembelajaran.

2) Tujuan Pembelajaran

Tujuan pembelajaran berfungsi untuk mengetahui ketercapaian hasil pembelajaran apakah sudah sesuai dengan apa yang telah di rumuskan.

3) Kompetensi Dasar

Kompetensi dasar yaitu kemampuan minimal yang harus dicapai siswa dalam mempelajari mata pelajaran.

4) Kriteria Kinerja

Kriteria kinerja berfungsi untuk mengetahui ketercapaian hasil pembelajaran.

5) Lingkup belajar

Lingkup belajar yaitu keseluruhan judul sub pokok bahasan/ materi yang akan di ajarkan.

6) Materi Pokok Pembelajaran

Materi pokok pembelajaran ini meliputi sikap, pengetahuan, dan ketrampilan. Materi merupakan uraian singkat tentang bahan yang akan diajarkan yang bersumber dari buku acuan dan buku-buku yang berkaitan dengan pelajaran yang bersangkutan.

b. Menyusun RPP

Kegiatan ini berkaitan dengan pembuatan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP). Pembuatan RPP ini harus di siapkan oleh mahasiswa sebelum kegiatan belajar mengajar berlangsung serta pembuatannya harus disesuaikan dengan kurikulum yang berlaku saat ini. Adapun format yang tercantum dalam RPP adalah:

1) Identifikasi

Identifikasi ini memuat satuan pendidikan, mata pelajaran, kelas/ semester, alokasi waktu dan materi.

2) Kompetensi Inti

Kompetensi inti kemampuan minimal yang harus dikuasai oleh siswa sebagai hasil dari mempelajari materi-materi.

3) Kompetensi Dasar

Merupakan kemampuan minimal yang harus di capai siswa dalam mempelajari mata pelajaran.

4) Indikator Keberhasilan

Indikator berfungsi untuk mengetahui ketercapaian hasil pembelajaran.

5) Tujuan Pembelajaran

Tujuan pembelajaran berfungsi untuk mengetahui ketercapaian hasil pembelajaran apakah sudah sesuai dengan apa yang telah dirumuskan.

6) Materi Pembelajaran

Materi merupakan uraian singkat tentang bahan yang akan diajarkan yang bersumber dari buku acuan dan buku-buku yang berkaitan dengan pelajaran yang bersangkutan.

7) Metode Pembelajaran

Metode pengajaran merupakan cara mengajar atau menyampaikan materi yang dilakukan oleh guru.

8) Unsur Karakter

Unsur karakter bertujuan untuk membentuk dan menanamkan karakter pada diri siswa, misal unsur kerjasama, kejujuran, tanggung jawab, menghargai lawan maupun teman, menghargai diri sendiri.

9) Langkah-langkah kegiatan pembelajaran

Kegiatan pembelajaran menjelaskan tentang bagaimana proses belajar mengajar berlangsung, bagaimana posisi siswa dan guru saat pembelajaran, dan alokasi waktu. Dalam kegiatan pembelajaran di lapangan ada tiga tahapan yang dilakukan yaitu: kegiatan pendahuluan, kegiatan inti, dan kegiatan penutup.

10) Media dan alat

Media merupakan alat atau peraga yang di gunakan oleh seorang guru dalam kegiatan belajar mengajar sebagai pelengkap dan pendukung saat kesulitan menjelaskan materi yang akan di ajarkan. Media yang sering di gunakan saat di lapangan yaitu media gambar dan media orang sesungguhnya. Alat yang sering di gunakan seperti cone, bola plastik untuk pemanasan. Selain itu alat yang digunakan disesuaikan materi yang akan diajarkan.

#### 11) Sumber bahan

Sumber yang digunakan sebagai paduan untuk membantu terlaksananya kegiatan pembelajaran.

#### 12) Penilaian/ Evaluasi

Dalam setiap kegiatan belajar mengajar diadakan evaluasi yang bertujuan untuk mengukur daya serap terhadap siswa yang telah disampaikan dan dilaksanakan dalam kurun waktu tertentu, biasanya setelah materi pokok disampaikan selesai. Evaluasi yang diberikan dilakukan dalam bentuk pertanyaan saat pendinginan.

#### c. Pembuatan Perangkat Pembelajaran

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk dapat mengoptimalkan proses mengajar adalah menyusun perangkat pembelajaran yang meliputi pembuatan Silabus, Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), Setiap guru diwajibkan menyusun persiapan mengajar untuk menunjang pencapaian proses belajar-mengajar. Demikian juga dengan praktikan sebagai calon guru diwajibkan menyusunnya.

Dalam penyusunan persiapan mengajar, praktikan berusaha berkonsultasi dengan guru pembimbing dan berkat bimbingannya maka praktikan merasakan kemudahan dalam menyusun perangkat pembelajaran tersebut. Adapun perangkat pembelajaran yang telah disusun diantaranya:

- 1) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran dan untuk kelas II
- 2) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran dan untuk kelas I
- 3) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran dan untuk kelas IV
- 4) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran dan untuk kelas VI
- 5) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran dan untuk kelas VI
- 6) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran dan untuk kelas VI
- 7) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran dan untuk kelas V
- 8) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran dan untuk kelas V

#### B. Pelaksanaan Praktik Lapangan Terbimbing

##### 1. Kegiatan Praktik Mengajar

Pelaksanaan PLT merupakan kegiatan mengajar yang dilakukan mahasiswa di dalam lapangan dan berperan sebagai guru mata pelajaran penjasorkes. Berdasarkan

konsultasi dan bimbingan dengan guru pembimbing, mahasiswa mendapat kesempatan untuk mengajar di lapangan. Dalam kegiatan PLT di sekolah, mahasiswa Prodi PGSD Penjas melakukan praktek mengajar di lapangan berdasarkan RPP yang telah di buat yang sebelumnya sdi konsultasikan dengan guru pembimbing di sekolah. Dalam mengajar untuk mencapai ketentuan minimal dalam aturan PLT maka praktikkan mengajar minimal 8 kali pertemuan dengan menyesuaikan jadwal.

Metode pengajaran yang digunakan praktikan adalah informasi dan tanya jawab. Saat mengajar teori di kelas metode-metode ini dapat berjalan lancar dengan ditambah perlengkapan dari pihak sekolah yang lengkap. Sedangkan jika berada di lapangan untuk melakukan kegiatan praktik pembelajaran penjas metode-metode belajar yang digunakan diantaranya adalah metode terpimpin, latihan dan demokrasi serta tidak lupa pula menekankan pada model bermain karena lebih banyak disukai anak-anak. Sedangkan dalam proses belajar-mengajar, langkah-langkah yang dilaksanakan praktikan adalah sebagai berikut:

a. Pendahuluan

Pada bagian ini, pertama siswa dibariskan dengan rapi, praktikan memberi salam dilanjutkan berdoa bersama, praktikan melakukan presensi terhadap siswa, dilanjutkan menjelaskan materi yang akan diberikan, bertanya kepada siswa dan diakhiri dengan penyampaian tujuan pembelajaran. Ketika melakukan apersepsi, praktikkan berusaha untuk membangkitkan minat siswa, memfokuskan perhatian siswa.

b. Inti

Dengan memperhatikan fasilitas sekolah dan keadaan siswa, maka ketika menyampaikan materi praktikan masih banyak menggunakan ceramah bervariasi, yaitu ceramah yang diselingi tanya-jawab atau permainan. Akan tetapi untuk topik-topik tertentu praktikan juga melakukan metode dengan menggunakan media berupa gambar tentang materi pembelajaran yang sedang diajarkan. Dan anak – anak menjadi sangat antusias terkait dengan adanya gambar tersebut. Selain itu media yang di gunakan dpat berupa orang sungguhan. Dalam proses pembelajaran di SD Negeri Gadingan dari kelas I, II, III, IV, V dan VI masih menggunakan kurikulum KTSP.

c. Penutup

Pada bagian ini, praktikkan memberikan pedinginan setelah pembelajaran materi inti. Kemudian memberikan evaluasi yang bertujuan untuk mengetahui

kemampuan siswa dalam memahami materi yang telah disampaikan dan mengukur keberhasilan praktikkan ketika mengajar. Selanjutnya, praktikkan memberikan kesimpulan agar siswa bisa mengingat dan menguatkan kembali jika ada materi yang belum dipahami siswa dan praktikkan memberi tugas untuk minggu depan, kemudian dilanjut berdoa dan dibubarkan.

Adapun materi yang diajarkan kepada siswa pada saat melaksanakan praktek mengajar, di jelaskan pada tabel berikut:

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran model KTSP

Satuan Pendidikan : SD N Gadingan

Semester : 1

Alokasi Waktu: 4 x 35

No.	Hari/Tanggal	Kelas	Materi Ajar	Hambatan
1.	Kamis, 5 Oktober 2017	II	Dasar gerak berjalan	Siswa masih banyak yang tidak memperhatikan saat penyampaian materi.
2.	Jum'at, 13 Oktober 2017	I	Keseimbangan statis tanpa alat	Siswa tidak mau melakukan angkat salah satu kaki karena masih terdapat siswa yang jatuh
3.	Senin, 16 Oktober 2017	I V	Kelenturan dan koordinasi	Siswa tidak begitu serius saat pemanasan sehingga ada yang mengeluh sakit pinggang sesudah

				melakukan cium lutut.
4.	Selasa, 17 Oktober 2017	V I	Latihan peningkatan kualitas jasmani	Pada saat pembelajaran siswa masih banyak yang berbicara.
5.	Selasa, 24 Oktober 2017	V I	Pemanasan dan pendinginan.	Siswa sulit di bariskan.
6.	Seelasa, 31 Oktober 2017	V I	Senam lantai, rol depan	Ada beberapa siswa yang ketakutan untuk melakukan rol depan.
7.	Selasa, 7 November 2017	V	UJIAN Atletik, loncat dan sprint.	Siswa antusias dan mudah di atur, namun ada siswa yang tidak mau melakukan loncat karena takut.
8.	Selasa, 14 November 2017	V	Atletik, start jongkok dan sprint.	Siswa tidak mengikuti arahan saat akan melakukan sprint, karena ingin menjadi yang pertama

## 2. Umpan Balik dari Pembimbing

Setelah praktikkan mengajar dengan bimbingan dan pengawasan langsung dari guru pembimbing, maka selanjutnya dilakukan diskusi antara praktikkan dengan guru pembimbing mengenai proses belajar mengajar yang baru saja dilaksanakan di kelas maupun di lapangan. Praktikkan diberi pengarahan dan evaluasi dari guru pembimbing. Hal ini bertujuan untuk mengukur tingkat keberhasilan proses pembelajaran yang sudah



dilakukan praktikkan, apakah metode yang digunakan sudah sesuai, mengetahui bagaimana memotivasi siswa, bagaimana mengkondisikan siswa dan suasana kelas, penggunaan waktu, suara, pemberian evaluasi maupun pekerjaan rumah dan hal-hal lain yang berhubungan dengan proses pembelajaran.

### C. Analisis Hasil Pelaksanaan

#### 1. Analisis Keterkaitan Program dan Pelaksanaan

Menjalani profesi menjadi guru selama pelaksanaan PLT, telah memberikan gambaran yang cukup jelas bahwa menjadi guru tidak hanya cukup dalam hal penguasaan materi dan pemilihan metode serta model pembelajaran yang sesuai dan tepat bagi siswa. Sebelum melaksanakan PPL, praktikan membuat rancangan kegiatan proses belajar-mengajar. Hal ini bertujuan agar kegiatan dapat berjalan dengan baik dan lancar. Selain membuat RPP guru juga diuntut untuk mengantisipasi, memahami, menghadapi dan mengatasi berbagai permasalahan tidak terduga yang mungkin terjadi selama proses pembelajaran.

Selama pelaksanaan PLT, tidak terlepas dari kekurangan yang ada dan dilakukan oleh mahasiswa selama melaksanakan PLT, baik itu menyangkut materi yang di berikan, penguasaan materi an pengelolaan kelas, kami menyadari bahwa kesiapan fisik dan mental sangat penting guna menunjang kelancaran proses belajar mengajar. Komunikasi yang baik terjalin dengan para siswa, guru, teman-teman satu kelompok PLT, dan seluruh komponen sekolah telah membangun kesadaran untuk senantiasa meningkatkan kualitas diri.

#### 2. Hambatan

##### a. Dari siswa

Ada beberapa siswa kurang berminat mengikuti pelajaran Penjas, terutama saat praktikan menjelaskan tentang materi yang akan diberikan, ada siswa yang bergurau dengan teman di sampingnya, ada yang lari-lari dan berbaris tidak rapi, belum ada intruksi untuk minum terkadang siswa sudah berhamburan mengambil air sehingga pembelajaran kurang efektif. Ketika ada kesempatan untuk tanya jawab, siswa tidak ada yang memanfaatkan untuk bertanya, padahal ketika melakukan gerakan masih ada siswa yang bingung dan belum paham. Ada sebagian siswa yang berbicara tidak sopan ketika pembelajaran. Selain itu juga ada beberapa siswa yang

sudah akrab dengan mahasiswa PLT sehingga terkesan santai dan kurang serius dalam proses pembelajaran dan kurang dapat menghargai bahwa mahasiswa PLT yang ada di sana adalah guru mereka.

b. Keterkaitan rencana pembelajaran dengan PBM

Secara keseluruhan pada dasarnya proses mengajar telah sesuai dengan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang dibuat walaupun ketepatan waktu masih harus di perbaiki lagi . Namun, mata kuliah Magang I dan II sangat membantu praktikan saat membuat rencana pelaksanaan pembelajaran yang bervariasi dan menarik bagi siswa .

3. Usaha Mengatasi Hambatan

a. Untuk mengatasi hambatan yang berkaitan dengan masalah siswa

Praktikan berusaha menyampaikan materi pelajaran dengan pembelajaran yang menyenangkan, permainan dan variasi media. Sedangkan, untuk mengatasi masalah siswa yang suka mencari perhatian itu dengan cara memberi nasehat agar tidak mencari perhatian terus, lalu untuk mengatasi siswa yang tidak mau bertanya maka praktikan sendiri yang memberi pertanyaan kepada para siswa.serta menegur siswa dengan cara tersendiri untuk siswa yang berkata kasar agar siswa tidak melakukan perkataan yang kotor lagi.

Siswa yang terkesan merasa dekat dengan praktikan dan santai kami tegur dan dilibatkan untuk lebih aktif dalam pembelajaran dengan di minta membantu menyiapkan barisan, memimpin doa dan menjadi media saat praktik. Selain itu membuat siswa antusias, siswa juga merasa di hargai saat pembelajaran.

b. Untuk mengatasi permasalahan waktu

Praktikan pada pertemuan-pertemuan berikutnya lebih meningkatkan kembali keluasan materi yang disampaikan sehingga waktu yang disediakan bisa digunakan dengan optimal.

### **BAB III**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Kesimpulan dari program yang seluruhnya dilaksanakan adalah :

Kegiatan PLT merupakan kesempatan bagi mahasiswa untuk mengabdikan dan mengaplikasikan ilmu dan pengetahuan yang diperoleh di bangku kuliah ke dalam dunia pendidikan secara nyata. Kegiatan ini dapat melatih mahasiswa agar menjadi calon guru yang profesional dan berpengalaman, tidak hanya dalam hal mengajar, mahasiswa juga mampu bergaul dengan masyarakat luas dengan baik. Di samping itu, melalui kegiatan ini mahasiswa dapat menjalin kerjasama yang saling menguntungkan dan hubungan yang lebih erat dengan lembaga pendidikan secara langsung, dalam hal ini SD Negeri Gadingan, mulai dari kepala sekolah, guru, karyawan, sampai dengan para siswa SD Negeri Gadingan, serta terhadap rekan-rekan mahasiswa yang melakukan praktik. Sekolah juga telah memberikan dukungan terhadap program-program yang dilaksanakan dengan menyediakan sarana dan prasarana yang mendukung.

#### **B. Saran**

##### **1. Bagi SD Negeri Gadingan**

- a. Peran siswa dalam berbagai kegiatan lebih ditingkatkan dan lebih aktif serta tidak malu-malu.
- b. Lebih meningkatkan prestasi baik dalam bidang akademik maupun non akademik seperti olahraga, keagamaan dan kesenian.
- c. Dimohon pihak sekolah agar menindaklanjuti segala program yang telah dilaksanakan dengan kegiatan yang berkesinambungan.
- d. Hubungan yang sudah terjalin antara pihak sekolah dan UNY hendaknya lebih ditingkatkan dengan saling memberi masukan antara kedua belah pihak.
- e. Komunikasi dan kerja sama yang baik dengan seluruh warga sekolah sebaiknya lebih ditingkatkan sehingga seluruh kegiatan di sekolah dapat terlaksana dengan baik sesuai dengan yang telah direncanakan.
- f. Peningkatan sarana dan prasarana olahraga agar pembelajaran penjas dapat maksimal.
- g. Pembuatan media yang kreatif serta perawatan pada alat olahraga perlu di tingkatkan dengan baik.

- h. Kurangnya perhatian bakat pada anak sehingga sekolah lebih meningkatkan ekstra kurikuler yang lainnya sehingga siswa mudah untuk mengembangkan bakatnya.

2. Bagi mahasiswa PLT

- a. Mahasiswa yang melaksanakan PLT hendaknya mempersiapkan diri dengan ketrampilan-ketrampilan yang sekiranya bisa diterapkan dengan situasi dan kondisi kelas yang ada di lokasi PLT.
- b. Selama pelaksanaan PLT agar melakukan kerjasama baik dengan pihak sekolah maupun sesama mahasiswa PLT.
- c. Melakukan komunikasi dengan guru pembimbing apabila terdapat kesulitan-kesulitan pada saat mengajar.
- d. Kurangnya komunikasi dengan guru pembimbing sehingga terjadi miskomunikasi

## DAFTAR PUSTAKA

Tim Pembekalan PPL/ MAGANG III. 2017. *Materi Pembekalan PPL/ MAGANG III*.

Yogyakarta: UNY.

Tim PPL/ MAGANG III UNY. 2017. *Panduan PPL/ MAGANG III/ Magang III*. Yogyakarta: UNY.

# LAMPIRAN

Lampiran 1. Denah SD Negeri Gadingan

Lampiran 2. Bagan Struktur Organisasi SD Negeri Gadingan

Lampiran 3. Data Guru SD Negeri Gadingan

Lampiran 4. Data Siswa SD Negeri Gadingan

Lampiran 5. Jadwal Pelajaran SD Negeri Gadingan

Lampiran 6. Jadwal Praktik Mengajar Terbimbing

Lampiran 7. Jadwal Praktik Mengajar Mandiri

Lampiran 8. Jadwal Ujian Praktik Mengajar

Lampiran 9. Matriks Kegiatan PLT

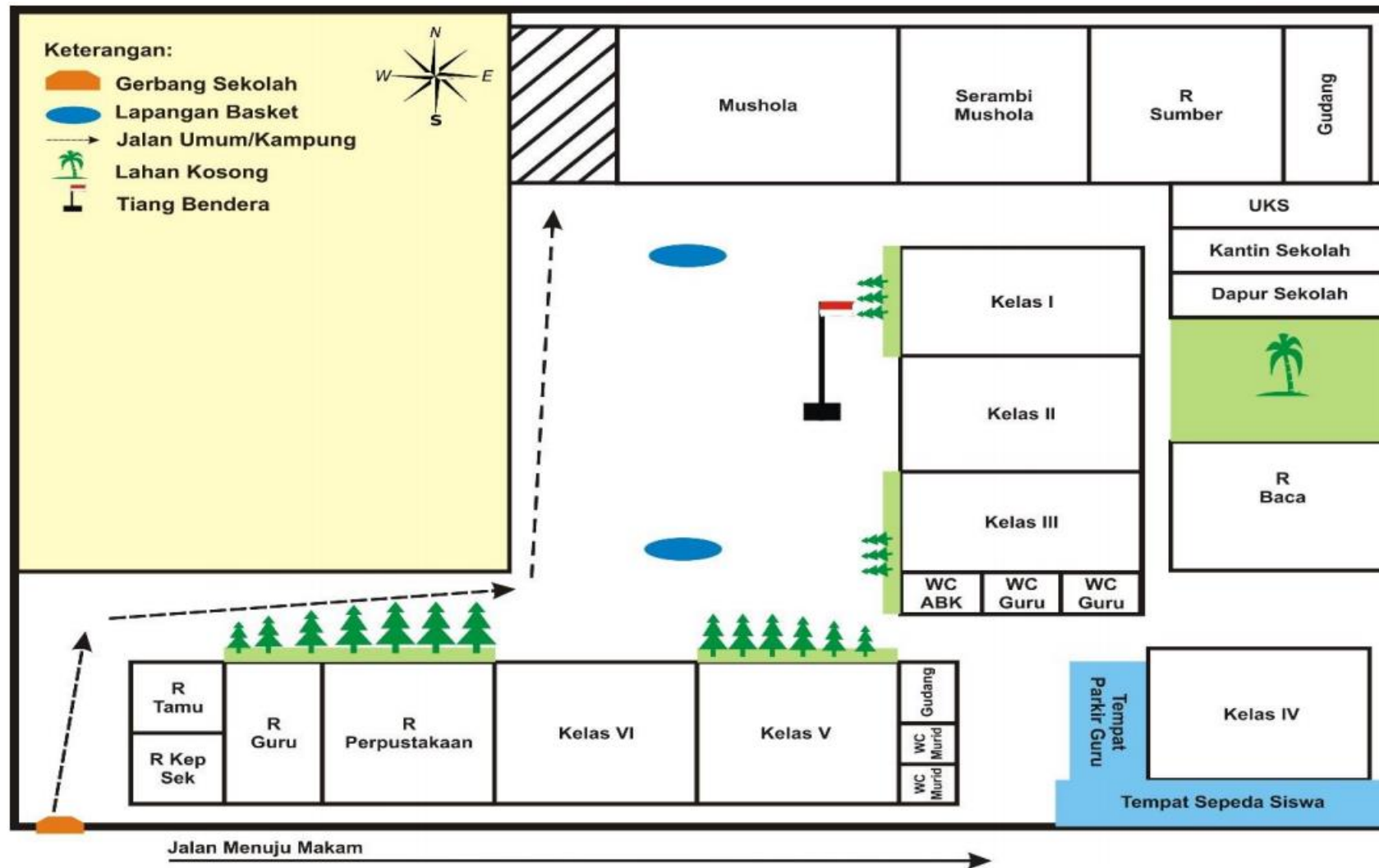
Lampiran 10. Rekapitulasi Dana Kegiatan

Lampiran 11. Dokumentasi Kegiatan

Lampiran 12. Catatan Hari

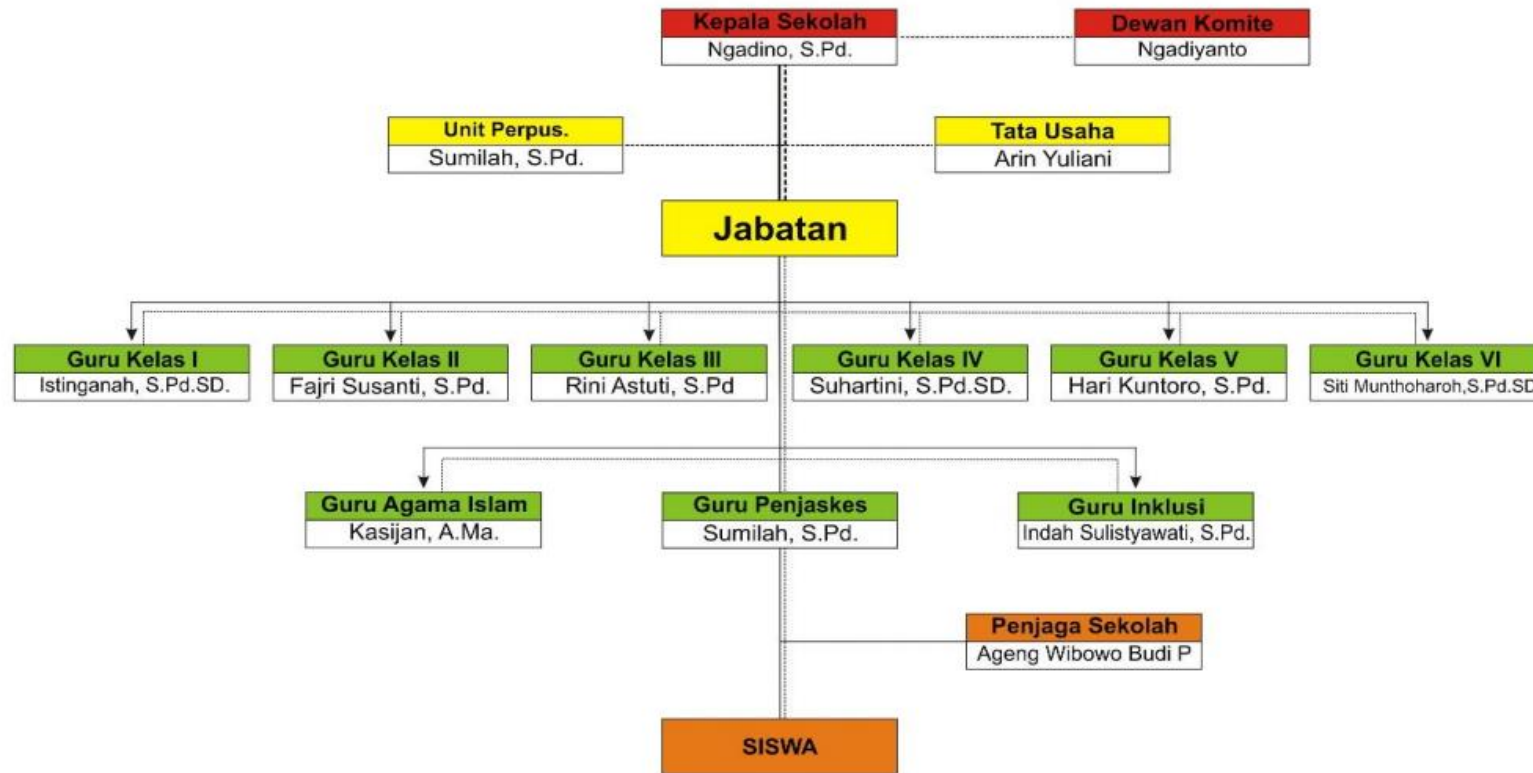
Lampiran 13. RPP

Lampiran 1. Denah SD Negeri Gadingan



Lampiran 2. Bagan Struktur Organisasi SD Negeri Gadingan

## STRUKTUR ORGANISASI SD NEGERI GADINGAN





Lampiran 3. Data Guru dan Karyawan SD Negeri Gadingan

**DATA GURU DAN KARYAWAN SD NEGERI GADINGAN**

No.	Nama	Jabatan	NIP	L/P	Gol	Ijazah dan Tahun		Kelas yang Diampu
						Pendidikan	Tambahan	
1.	Ngadino, S.Pd.	Kepala Sekolah	19641115 198703 1 007	L	III/a	SPG 85	S1 2003	IV-VI
2.	Hari Kuntoro, S.Pd.	Wali Kelas VI	19630903 198403 2 008	L	-	S1 04	-	VI
3.	Siti Munthoharoh, S.Pd.SD.	Wali Kelas V	19630506 200501 2 007	P	II/a	SPG 87	S1 2011	V
4.	Rini Astuti, S.Pd.	Wali Kelas III	19820812 201406 2 004	P	-	SMA 00	-	III
5.	Fajri Susanti, S.Pd.	Wali Kelas II	19820719 201406 2 001	P	-	SMK 00	-	II
6.	Istinganah, S.Pd.	Wali Kelas I	19701124 200501 2 004	P	II/a	SPG SD 89	S1 2011	I
7.	Sumilah, S.Pd.	Guru PJOK	19630903 198403 2 008	P	III/a	SGO 83	S1 2011	I-VI
8.	Suhartini, S.Pd.SD.	Wali Kelas IV	-	P	-	S1 PGSD 11	-	IV
9.	Kasijan, A.Ma.Pd.	Guru PAI	19590731 198202 1 001	L	III/b	PGAN 81	D2 1998	I-VI
10.	Trias Anggasari, S.Pd.	Guru Tari dan TPA	-	P	-	S1 PGSD 12	-	I-VI
11.	Indah Sulistyawati, S.Pd.	GPK	19750312 200604 2 012	P	-	SPGLB 95	S1	I-VI
12.	Arin Yuliani	Tenaga Administrasi	-	P	-	SMK 07	-	-
13.	Ageng Wibowo Budi Prasetyo	Penjaga sekolah	-	L	-	STM 07	-	-

Lampiran 4. Data Siswa SD Negeri Gadingan

**DAFTAR SISWA  
TAHUN PELAJARAN 2017/2018**

**KELAS : 1 (SATU)**

NO	NIS	NAMA SISWA	JENIS KELAMIN		NISN
			L	P	
1	968	ARKANA ZAIDANANTO	L	-	
2	969	BAGAS INDRA KUSUMA	L	-	
3	970	BRADO HERCULES MURSITA	L	-	
4	971	DEVINA PUTRI NATANEILA	-	P	
5	972	DHENA HAUNA PRIYA SEJATI	L	-	
6	973	EFNA LAILA PUTRI	-	P	
7	974	EILLYA NUR HIDA	-	P	
8	975	FAUZAN PRAMUDYA PUTRA	L	-	
9	976	FIAS FAHRANI	-	P	
10	977	GILANG PUTRA PERMANA	L	-	
11	978	HAYOM NOEHRAENI	-	P	
12	979	HUSNAN MEGANDARU BADRA	L	-	
13	980	KANIA DWI MARISTI	-	P	
14	981	KHANZA MAULANA ANNISA	-	P	
15	982	LATIFAH AZZAHRA	-	P	
16	983	MUHAMAD AKBAR R	L	-	
17	984	MUHAMMAD SAHHYL KHAN	L	-	
18	985	MUHAMMAD SATYA PRADANA	L	-	
19	986	NANJAMA MEGANTARA MENDRA	L	-	
20	987	PRITA DHIYAA 'AFIYAH	-	P	
21	988	PUTRI MAININGRUM	-	P	
22	989	RANDIKA PANJI PRATAMA	L	-	
23	990	Rr.HADIJAH AFIFAH RAHMA	-	P	
24	991	SUKMA HAYUDYA FAJARINA	-	P	
25	992	TIARA PUSPA AYU	-	P	
26	993	ZELIA GARI ASMAWA	-	P	
27	994	ZULFA FAUZIYAH	-	P	
JUMLAH			12	15	

**DAFTAR SISWA  
TAHUN PELAJARAN 2017/2018**

**KELAS : 2 (DUA)**

NO	NIS	NAMA SISWA	JENIS KELAMIN		NISN
			L	P	
1	911	ABY MUHAMAD RIZAL	L	-	0097912944
2	946	ADITYA NUR ROHIM	L	-	0094016436
3	912	ADIVA REGA PRATAMA	L	-	0083394957
4	947	AGHESTA REYGA ADITYA	L	-	0094332792
5	948	AIRA ZAHRANI PUTRI	-	P	0097007480
6	949	ALYA LUSYANA HAFIZHAH	-	P	0103168542
7	950	AMELIA RAMADHANI	-	P	0091597009
8	951	AMMALIA RIDLATUL MUJANNAH	-	P	0098124015
9	952	ANDIKA PRATAMA	L	-	0095634464
10	953	ANGGER NUR ARIF KURNIAWAN	L	-	0099760313
11	916	AUREL DEYA SAFITRI	-	P	0087829761
12	954	CHIELA AZZURA PUTRI NURJATI	-	P	0096174328
13	920	DAVINA NURUL ANDINI	-	P	0094945103
14	997	FITRIYANA RAHMAWATI	-	P	0083573252
15	955	HAZIM AUFA SABRI	L	-	0095309095
16	956	ILHAM INTI PATRIOT DAYA	L	-	0095889556
17	957	LUVENA ARDIS ARNA	-	P	0103215324
18	960	MUHAMMAD MUCHTAR FATAHILAH	L	-	0094654210
19	958	MUHAMMAD RADITYA AQZO HIKMAWAN	L	-	0099514257
20	959	MUHAMMAD RADITYA WILDAN	L	-	0096417035
21	929	NOVIRA DEA KUSUMA DEWI	-	P	0086269676
22	961	RAFFA SATRIA RAMADHANI	L	-	0095255014
23	962	RIDWAN KEVIN ABIMANYU	L	-	0108687596
24	934	ROLAND RASYA S	-	P	0085529580
25	963	SYAID ABDURRASYID	L	-	0097205186
26	938	VALENTINA SYIVA PUSPASARI	-	P	0083549494
27	964	VIVIANA DAMAYANTI	-	P	0097753795
28	965	ZAHRA SHIFA AFIFAH	-	P	0091524390
29	966	ZAQIF NAUFARIFQI	L	-	0106551459
JUMLAH			15	14	

**DAFTAR SISWA  
TAHUN PELAJARAN 2017/2018**

**KELAS : 3 (TIGA)**

NO	NIS	NAMA SISWA	JENIS KELAMIN		NISN
			L	P	
1	913	AGUNG DWI WIJAYANTO	L	-	0096990041
2	914	AGUSTINA PUTRI AYU KUSUMA W	-	P	0082287324
3	878	ANDIKA PRATAMA PUTRA	L	-	0077688906
4	915	ANGGER PROBOJATI	L	-	0085090844
5	879	ARIFA JAVARUDIN	L	-	0074745300
6	880	ATINA NUR AULIA	-	P	0076130476
7	917	AYYAAS AMMAAR NUGRAHANTA	L	-	0086666690
8	918	BAYU ADJI SOEKOTJO	L	-	0099775133
9	919	CHEISTA DWI ANDINI	-	P	0088859366
10	921	DESINTA RAHMAWATI	-	P	0083626315
11	922	DEVI NADIA PRAMESTI	-	P	0081860168
12	923	GHANIAH NUR ASYIFA	-	P	0087452710
13	924	HERMAWAN SUSANTO	L	-	0081848414
14	925	LAKSMIAULIA IZZATI	-	P	0089919152
15	894	MOHAMMAD NASHIRUDDIN AL- BANI	L	-	0073127431
16	926	MUHAMMAD NUR RAIHAN ADYANSYAH	L	-	0082732286
17	927	NABIL KHIVALEAN ALWAN	L	-	0081914626
18	928	NADIAH RINTAN WENING QOLBU	-	P	0085170028
19	896	NAESYA FITRI	-	P	0073486293
20	930	RANGGA SETIYAMAHARDIKA	L	-	0085457703
21	931	RESTU WULANDARI	-	P	0084052539
22	932	RIFDA DEBY PUTRI SAGITA	-	P	0082583536
23	933	RITWIN DIHAN REDANA PAMUNGKAS	L	-	0082868867
24	935	ROYANINDA ASHFINA LULU NUGRAHA	-	P	0097586291
25	936	SAVINA MEYDIANA AZHAR	-	P	0085827297
26	937	SYFA AYU KHUMAIROH	-	P	0094130584
27	995	WISNU BRILLIAN MAHENDRA	L	-	0083549494
28	940	YAFFA LUTHFI NUR ALIFKA	-	P	0084812573
29	941	YALTAMIZUL GARI FIRDAUSI	-	P	0097693633
30	942	YUDISTIRA TUNGGUL ARDIANSYAH	L	-	0087292920
JUMLAH			14	16	

**DAFTAR SISWA  
TAHUN PELAJARAN 2017/2018**

**KELAS : 4(EMPAT)**

NO	NIS	NAMA SISWA	JENIS KELAMIN		NISN
			L	P	
1	876	ADHA RASTY MOHAYANI		P	0074257217
2	877	AMELIA INDAH CAHYANI		P	0072508625
3	881	AULIA		P	0071865171
4	882	AZKA HIBATUL AZIZI	L		0086908725
5	883	DIAH WIDIASTUTI		P	0087379411
6	884	DIAN RAMADHAN	L		0073305878
7	885	ELSYA ALFIANI		P	0083984370
8	886	ENGGAR FERDIYANTO	L		0076366176
9	887	FAREL HAZALRA CARINZAH	L		0081874921
10	822	GIZKA FADILLA	L		0051213237
11	854	HABIB AJI SETYAWAN	L		0074932580
12	888	HANING ILDA AGUSTIN PRABANDARI		P	0077371363
13	857	HERI WIBOWO	L		0064884438
14	858	IMAM AHMAD ROVIQ A K	L		0068119294
15	889	KHOIRUNADIA ZAHrani		P	0079649280
16	860	LATIF ZIDNI AL AZMI	L		0063675798
17	891	LATIFATUL HOTIMAH		P	0071980426
18	892	LESTARI PUSPARAHMAWATI		P	0076874715
19	893	MAULANA MUH RIFA'I	L		0082714136
20	967	MUHAMMAD MUFLIH AKMAL AMININ	L		0069524199
21	895	NABILA NAZHIFAH PUTRI		P	0072651049
22	897	NUR SYIFA RAMADHANIA		P	0075187670
23	898	NURUL AMBARWATI		P	0075191372
24	899	RAFLY AHMAD FAUZY	L		0072164181
25	900	RAHMA NABIL AGUSTIN		P	0078143847
26	910	RIO KEYSA PRATAMA	L		0078152904
27	868	SEPTIYAWAN HERMANTOKO	L		0062405845
28	902	UMAR ABDURRAHMAN	L		0077990744
29	903	ZALFA FITRIA RAMADHANI		P	0076742627
30	904	ZASELLA DWI PUTRA ARTEISYA	L		0076836309
JUMLAH			16	14	

**DAFTAR SISWA  
TAHUN PELAJARAN 2017/2018**

**KELAS : 5 (LIMA)**

NO	NIS	NAMA SISWA	JENIS KELAMIN		NISN
			L	P	
1	875	ABEL ADE FAHRIZKY	L		0039427611
2	812	AJENG AYU RATNA S		P	0059971155
3	848	AL FIKHAN TAFFA RIIL AKBAR	L		0062838859
4	813	AL HIQNI BISSOLIHIN	L	-	0053399748
5	849	ALFITRIA LAILASARI		P	0067840126
6	909	ALTAH HENDIAWAN	L	-	0052042482
7	871	AMANDA EKA ARRUL NOVIANTI	-	P	0078326244
8	849	ASHWARATU SALSABILA		P	0062744275
9	850	ASTRIANA MEGA AURELLIA		P	0054876796
10	817	DEVANI ASTUTI		P	0069192513
11	819	FAHRUL AFRIZAL	L	-	0062254438
12	908	FAJRI DARMA WICAKSANA	L		0076473022
13	821	FERGI AKBARI	L		0055396999
14	853	GURUH BALARAMA LARTA PUTRA	L		0065072807
15	855	HAKIM WIRAYUDHA	L		0071156332
16	856	HELGA CAHYA RAHMAWATI		P	0062244429
17	859	IRSYAD NUR KHAYRI ZAIN	L		0061319119
18	824	LATIFA RAHMAWATI H	-	P	0065630785
19	861	MEIVANIE REVAN DHITYA		P	0071050985
20	996	MUHAMMAD FADLI	L		0069637032
21	863	NUR A'INI AZIZAH		P	0063697667
22	864	PAULINA SETYAWATI		P	0062795102
23	865	RAIHAN NAUFALDO	L		0058677068
24	837	RAMA HENDRA ADITYA	L	-	0055258426
25	866	REKHA HENING ASTARI		P	0061310715
26	867	RENATA EGA PRAESTYANI		P	0061196161
27	839	RIZKA KHOIRIYAH	-	P	0053813899
28	944	VISA AULIA NUGRAHA	-	P	0061152989
29	869	YULIA WAHYU UTAMI		P	0063735589
30	870	ZILDAN ISMAIL KURNIAWAN	L		0068069643
JUMLAH			14	16	

**DAFTAR SISWA  
TAHUN PELAJARAN 2017/2018**

**KELAS : 6 (ENAM)**

NO	NIS	NAMA SISWA	JENIS KELAMIN		NISN
			L	P	
1	906	ADITYAS WURI UTAMI	-	P	0020281823
2	752	ALIFRIANDRI ZUHAIZHAR WICAKSONO	L	-	0047232370
3	945	ANANDA DHINI NATASYAH	-	P	0058397551
4	814	ANARGYA GENDIS RAHARJATI	-	P	0058175289
5	756	APRILINDA KUSUMANINGRUM	-	P	0053916513
6	757	BAKHTIAR MUHAMMAD NUR C	L	-	0047232459
7	718	DIMAS RANGGA SAPUTRA	L	-	0038114666
8	818	ERWIN LANGGENG DWI S	L	-	0059307373
9	820	FALDHI HASHFI CARINZA	L	-	0066673064
10	727	HANANG WISNU RIHALDI RAMADHAN	L	-	0038114703
11	823	HANING HESTI NAWANG A	-	P	0055334529
12	765	IKMAS FADRI	L	-	0053916816
13	767	KEVIN PRIMAHA DAWWAS K	L	-	0053916866
14	825	LATRI WANGI CONDRON P	-	P	0062956021
15	826	LISA YULIA ARDANI	-	P	0059233415
16	829	MUHAMMAD FAKHRI SHIDIK	L	-	0054353667
17	830	MUHAMMAD NUR IRFAN A	L	-	0058887409
18	831	MUHAMMAD RIZKI AMRU R	L	-	0058781190
19	832	MUHAMMAD RIZKY PRATAMA	L	-	0057069089
20	833	MYSNATUN CHASANAH	-	P	0066862256
21	834	NOVITA ANGGRAINI	-	P	0059184407
22	835	NURITA SHAHADAH	-	P	0057249014
23	836	OKTAVIANI INTAN R	-	P	0053503508
24	738	RISMA FAJAR ANJANI	-	P	0038114786
25	777	SUSILO BAMBANG PANUNTUN	L	-	0047233196
26	840	SYAHFA AQNESA ZAKILA	-	P	0062040126
27	841	VADELLA DEVINA SARI	-	P	0055323835
28	842	YOSSA MAULANA ARYA M	L	-	0065384536
JUMLAH			14	14	

Lampiran 5. Jadwal Pelajaran SD Negeri Gadingan 2017/2018

KELAS I		WAKTU	SENIN	SELASA	RABU	KAMIS	JUMAT
1		07.00 - 07.35	Upacara	Penguatan pendidikan karakter/literasi			Senam pagi
2		07.35- 08.10	MTTK	PAI	MTTK	MTTK	Penjas orkes
3		08.10-08.45	MTTK	PAI	MTTK	MTTK	Penjas orkes
4		08.45-09.20	B Indo	B Indo	B Indo	B Jawa	Penjas orkes
5		09.20-09.40	Istirahat				
6		09.40-10.15	PKN	B Indo	IPA	B Jawa	Penjas orkes
7		10.15-10.50	PKN	B Indo	IPA	MTTK (TT)	B Indo
8		10.50-11.25	B Indo	MTTK	IPS	SBK	Sholat jumat Eskul
9		11.25-12.25	Ishoma				
10		12.25-13.00	B Indo	MTTK (TT)	IPS	SBK	
11		13.00-13.35	Eskul tari	Eskul tari	Eskul	Eskul	
12		13.35-13.45	Nilai budaya, lagu nasional/ daerah, berdoa pulang				

KELAS II		WAKTU	SENIN	SELASA	RABU	KAMIS	JUMAT
1		07.00 - 07.35	Upacara	Penguatan pendidikan karakter/literasi			Senam pagi
2		07.35- 08.10	PAI	B Jawa	MTTK	Penjas orkes	B Indo
3		08.10-08.45	PAI	B Jawa	MTTK	Penjas orkes	B Indo
4		08.45-09.20	MTTK	PAI	IPA	Penjas orkes	B Indo
5		09.20-09.40	Istirahat				
6		09.40-10.15	MTTK	PKN	IPA	Penjas orkes	MTTK
7		10.15-10.50	IPS	PKN	B Indo	SBK	MTTK
8		10.50-11.25	IPS	B Indo	B Indo	SBK	Sholat jumat
9		11.25-12.25	Ishoma				
10		12.25-13.00	MTTK (TT)	B Indo	IPA (TT)	IPA	
11		13.00-13.35	Eskul tari	Eskul	Eskul	Eskul	Eskul
12		13.35-13.45	Nilai budaya, lagu nasional/ daerah, berdoa pulang				



KELAS III		WAKTU	SENIN	SELASA	RABU	KAMIS	JUMAT	
1		07.00 - 07.35	Upacara	Penguatan pendidikan karakter/literasi			Senam pagi	
2		07.35- 08.10	MTTK	IPS	Penjas orkes	MTTK	IPA	
3		08.10-08.45	MTTK	IPS	Penjas orkes	MTTK	IPA	
4		08.45-09.20	MTTK	IPA	Penjas orkes	MTTK	B Indo	
5		09.20-09.40	Istirahat					
6		09.40-10.15	B Indo	PAI	Penjas orkes	PAI	B Indo	
7		10.15-10.50	B Indo	B Jawa	B Indo	PAI	B Indo	
8		10.50-11.25	PKN	B Jawa	B Indo	IPS	Sholat jumat	
9		11.25-12.25	Ishoma					
10		12.25-13.00	PKN	SBK	SBK	IPS (TT)		
11		13.00-13.35	PKN (TT)	IPA (TT)	B Indo	MTTK (TT)		
		13.35-13.45	Istirahat					Pramuka
12		13.45-14.20	Eskul tari	Eskul batik	Eskul	Eskul TPA	Pramuka	

KELAS IV		WAKTU	SENIN	SELASA	RABU	KAMIS	JUMAT	
1		07.00 - 07.35	Upacara	Penguatan pendidikan karakter-literasi			Senam pagi	
2		07.35- 08.10	Penjas orkes	Mttk	Pai	B.jawa	Pai	
3		08.10-08.45	Penjas orkes	Mttk	Pai	B.jawa	Pai	
4		08.45-09.20	Penjas orkes	Ipa	Mttk	B.jawa (tt)	B. Indo	
5		09.20-09.40	Istirahat					
6		09.40-10.15	Penjas orkes	Ipa	Mttk	Mttk	B.indo	
7		10.15-10.50	Pkn	Ips	B.indo	Mttk	B.indo	
8		10.50-11.25	Pkn	Ips	B.indo	Ipa		
9		11.25-12.25	Ishoma					Sholat jumat
10		12.25-13.00	Sbk	Sbk	B.indo	Ipa		
11		13.00-13.35	Sbk	Sbk	Ips	Ipa		
12		13.35-13.45	Istirahat					
13		13.45-14.20	Eskul tari	Eskul tpa	Eskul batik	Eskul	Pramuka	
14		14.20-14.55	Eskul tari	Eskul tpa	Eskul batik	Eskul	Pramuka	

15		14.55-5.00	Nilai budaya, lagu nasional/ daerah, berdoa pulang				
	<b>KELAS V</b>	<b>WAKTU</b>	<b>SENIN</b>	<b>SELASA</b>	<b>RABU</b>	<b>KAMIS</b>	<b>JUMAT</b>
1		07.00 - 07.35	Upacara	Penguatan pendidikan karakter/literasi			Senam pagi
2		07.35- 08.10	MTTK	Penjas orkes	B Indo	IPA	B Jawa
3		08.10-08.45	MTTK	Penja sorkes	B Indo	IPA	B Jawa
4		08.45-09.20	IPA	Penjas orkes	MTTK	MTTK	B Jawa (TT)
5		09.20-09.40	Istirhat				
6		09.40-10.15	IPA	Penjas orkes	MTTK	MTTK	B Indo
7		10.15-10.50	IPS	SBK	IPA	B Indo	B Indo
8		10.50-11.25	IPS	SBK	IPS	B Indo	IPA
9		11.25-12.25	Ishoma				Sholat jumat
10		12.25-13.00	PKN	PAI	SBK	SBBK	
11		13.00-13.35	PKN	PAI	SBK	SBBK	
12		13.35-13.45	Istirahat				
13		13.45-14.20	Eskul tari	Eskul	Eskul batik	Eskul TPA	Pramuka
14		14.20-14.55	Eskul tari	eskul	Eskul batik	Eskul TPA	Pramuka
15		14.55-5.00	Nilai budaya, lagu nasional/ daerah, berdoa pulang				

KELAS VI		WAKTU	SENIN	SELASA	RABU	KAMIS	JUMAT
1		07.00 - 07.35	Upacara	Penguatan pendidikan karakter/literasi			Senam pagi
2		07.35- 08.10	MTTK	B Indo	IPA	B Indo	MTTK
3		08.10-08.45	MTTK	B Indo	IPA	B Indo	MTTK
4		08.45-09.20	PAI	B Indo	MTTK	B Indo	IPS
5		09.20-09.40	Istirahat				
6		09.40-10.15	PAI	IPS	PAI	B Jawa	IPS
7		10.15-10.50	IPA	Penjas orkes	PAI	B Jawa	IPS (TT)
8		10.50-11.25	IPA	Penjas orkes	MTTK	SBK	
9		11.25-12.25	Ishoma				Sholat jumat
10		12.25-13.00	IPA	Penjas orkes	PKN	SBK	
11		13.00-13.35	SBK	Penjas orkes	PKN	SBK	
12		13.35-13.45	Istirahat				
13		13.45-14.20	Pengayaan	pengayaan	Eskul TPA	Pengayaan	Pengayaan
14		14.20-14.55	Pengayaan	pengayaan	Eskul TPA	Pengayaan	Pengayaan
15		14.55-5.00	Nilai budaya, lagu nasional/ daerah, berdoa pulang				

# JADWAL HARIAN GURU PGSD PENJAS TAHUN 2017

## UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Bulan	Tanggal	Hari				
		Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat
September	15	-	-	-	-	-
	16	-	-	-	-	-
	17	-	-	-	-	-
	18	-	-	-	-	-
	19	-	Observasi	-	-	-
	20	-	-	Observasi	-	-
	21	-	-	-	Observasi	-
	22	-	-	-	-	Observasi
	23	-	-	-	-	-
	24	-	-	-	-	-
	25	UTS	-	-	-	-
	26	-	UTS	-	-	-
	27	-	-	UTS	-	-
	28	-	-	-	UTS	-
	29	-	-	-	-	Fevi, Salman, Ovinda
	30	-	-	-	-	-
Oktober	1	-	-	-	-	-
	2	Fevi				
	3		Salman, Sheiyawibi			
	4			Richard		
	5				Ilyas	
	6					Ovinda
	7	-	-	-	-	-
	8	-	-	-	-	-
	9	Ovinda				
	10		Fevi,salman			
	11			Sheiyawibi		
	12				Richard	
	13					Ilyas
	14	-	-	-	-	-
	15	-	-	-	-	-
	16	Ilyas				
	17		Richard, Ilyas,Fevi			
	18			Salman		
	19				Sheiyawibi	
	20					Richard
	21	-	-	-	-	-

	22	-	-	-	-	-
	23	Richard				
	24		<b>Ilyas</b> , ovinda			
	25			Sheiyawibi		
	26				Salman	
	27					Sheiyawibi
	28	-	-	-	-	-
	29	-	-	-	-	-
	30	Sheiyawibi				
	31		Richard, <b>Ilyas</b>			
<b>November</b>	1			Ovinda		
	2				Fevi	
	3					Salman
	4	-	-	-	-	-
	5	-	-	-	-	-
	6	Salman				
	7		Sheiyawibi, <b>Ilyas</b>			
	8			Richard		
	9				Ovinda	
	10					Fevi
	11	-	-	-	-	-
	12	-	-	-	-	-
	13	<b>Fevi</b> , Ovinda	-	-	-	-
	14	-	Salman, Sheiyawibi, <b>Ilyas</b> , Richard,Ovinda , Fevi	-	-	-
	15	-	-	-	-	-

Lampiran 6. Jadwal Praktik Mengajar Terbimbing

**JADWAL PRAKTIK MENGAJAR TERBIMBING**  
**SD NEGERI GADINGAN**

<b>No.</b>	<b>Nama Mahasiwa</b>	<b>Hari, tanggal</b>	<b>Kelas</b>	<b>Materi</b>	<b>Guru PJOK</b>
1.	Muhammad Ilyas Maulana	Kamis, 5 Oktober 2017	II	Dasar gerak berjalan	Sumilah, S.Pd.
		Jumat, 13 Oktober 2017	I	Keseimbangan statis tanpa alat	Sumilah, S.Pd.
		Senin, 16 Oktober 2017	IV	Kelenturan dan koordinasi	Sumilah, S.Pd.

Lampiran 7. Jadwal Praktik Mengajar Mandiri

**JADWAL PRAKTIK MENGAJAR MANDIRI**  
**MAHASISWA PLT UNY 2017**  
**SD NEGERI GADINGAN**

<b>No.</b>	<b>Nama Mahasiwa</b>	<b>Hari, tanggal</b>	<b>Kelas</b>	<b>Materi</b>	<b>Guru PJOK</b>
1.	Muhammad Ilyas Maulana	Selasa, 17 Oktober 2017	VI	Latihan peningkatan kualitas jasmani	Sumilah, S.Pd.
		Selasa, 24 Oktober 2017	VI	Pemanasan dan pendinginan.	Sumilah, S.Pd.
		Selasa, 31 Oktober 2017	VI	Senam lantai, rol depan	Sumilah, S.Pd.
		Selasa, 14 November 2017	V	Atletik, start jongkok dan sprint.	Sumilah, S.Pd.

Lampiran 8. Jadwal Ujian Praktik Mengajar

**JADWAL UJIAN PRAKTIK MENGAJAR**  
**MAHASISWA PLT UNY 2017**  
**SD NEGERI GADINGAN**

<b>No.</b>	<b>Nama Mahasiwa</b>	<b>Hari, tanggal</b>	<b>Kelas</b>	<b>Materi</b>	<b>Guru PJOK</b>
1.	Muhammad Ilyas Maulana	Selasa, 7 November 2017	V	Atletik, loncat dan sprint.	Sumilah, S.Pd.



## **RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**

1. Satuan Pendidikan : SD Negeri Gadingan Wates
  2. Kelas/ Semester : II (Dua)/ I (Satu)
  3. Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
  4. Materi : Aktivitas Bermain "Berjalan"
  5. Hari/ Tanggal : Kamis/ 5 Oktober 2017
  6. Alokasi Waktu : 120 Menit
- 

### **A. Standar Kompetensi**

1. Mendemonstrasikan sikap tubuh dalam berbagai posisi.

### **B. Kompetensi Dasar**

- 2.2 Mendemonstrasikan sikap tubuh dalam posisi berjalan .

### **C. Indikator**

- 2.2.1 Mempraktikkan sikap tubuh dalam posisi berjalan di tempat
- 2.2.2 Mempraktikkan sikap tubuh dalam posisi berjalan dengan santai
- 2.2.3 Mempraktikkan sikap tubuh dalam posisi berjalan dengan mengangkat paha

### **D. Tujuan Pembelajaran**

- 2.2.1.1 Siswa dapat mempraktikkan sikap tubuh dalam posisi berjalan .
- 2.2.2.1 Siswa dapat mempraktikkan sikap tubuh dalam posisi berjalan di tempat.
- 2.2.3.1 Siswa dapat mempraktikkan sikap tubuh dalam posisi berjalan dengan santai.
- 2.2.3.2 Siswa dapat mempraktikkan sikap tubuh dalam posisi berjalan dengan mengangkat paha.
- 2.2.3.2 Siswa dapat mempraktikkan sikap tubuh dalam posisi berjalan dengan pandangan mata lurus ke depan.

### **E. Materi Pembelajaran**

Aktivitas Permainan "Berjalan"

#### F. Metode Pembelajaran

Komando, Demonstrasi, Tanya Jawab

#### G. Alat dan Sumber bahan


Alat :

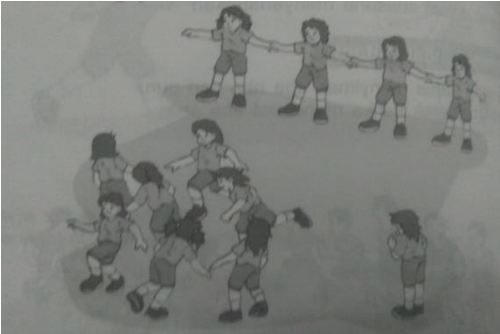

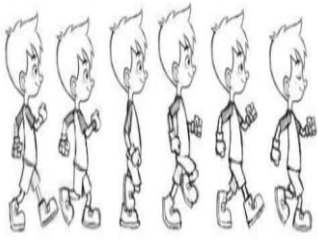
1. Peluit
2. Cone

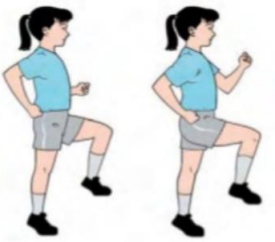

Sumber belajar :

1. Suwandi. 2010. *Pengertian Penjasorkes 2 Untuk Sekolah Dasar Kelas II/* Jakarta :Erlangga

#### H. Langkah-langkah Pembelajaran

Uraian Kegiatan	Gambar
<p>A. Pendahuluan ( 20 Menit)</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Menyiapkan Siswa<ul style="list-style-type: none"><li>- Siswa dipastikan siap untuk mengikuti pembelajaran .</li></ul></li><li>2. Mengecek Siswa<ul style="list-style-type: none"><li>- Siswa dipresensi oleh guru dan kerapian siswa.</li></ul></li><li>3. Berdoa<ul style="list-style-type: none"><li>- Berdoa dipimpin oleh guru</li></ul></li><li>4. Guru mempertanyakan keadaan dan kondisi kesehatan peserta didik, jika ada yang sakit peserta didik bersangkutan boleh tidak mengikuti pembelajaran , tetapi harus tetap duduk di pinggir lapangan dan memperhatikan pembelajaran.</li><li>5. Siswa diminta untul mengelilingi sekolah sebanyak 2 kali</li><li>6. Melakukan pemanasan statis dan dinamis yang di pimpin oleh guru</li></ol>	

<p>7. Nama Permainan yaitu “Menjala Ikan”</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Siswa dibariskan , dan di pilih sebanyak 3 sampai 4 orang sebagai jala, dan sisanya sebagai ikan.</li> <li>Kelompok yang menjadi jala bergandengan tangan , mereka bergerak seperti jala memburu ikan.</li> <li>Ikan yang terkena jala akan bergabung menjadi jala.</li> <li>Ikan yang paling akhir di tangkap , dinyatakan menang karena paling lincah dibandingkan dengan yang lainnya.</li> </ol>	
<p>B. INTI (100 menit)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Ekplorasi <ol style="list-style-type: none"> <li>Siswa diberikan pertanyaan mengenai materi yang akan disampaikan oleh guru. ( untuk mengetahui seberapa besar pengetahuan siswa terhadap materi ).</li> </ol> </li> <li>Elaborasi <p>Guru memulai pembelajaran dengan memberi contoh gerakan materi yang akan diajarkan, setelah itu siswa di melakukan gerakan :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Siswa dibariskan menjadi dua bersaf</li> </ol> </li> </ol>	 

<p>b. Siswa melakukan gerakan sikap tubuh dalam posisi berjalan di tempat</p> <p>c. Siswa melakukan sikap tubuh dalam posisi berjalan dengan santai</p> <p>d. Mempraktikkan sikap tubuh dalam posisi berjalan dengan mengangkat paha</p> <p>e. Mempraktikkan sikap tubuh dalam posisi berjalan dengan pandangan mata lurus kedepan.</p> <p>3. Konfirmasi</p> <p>Guru mengevaluasi siswa, apakah siswa sudah memahami materi yang diajarkan dengan memberikan pertanyaan – pertanyaan seputar pembelajaran yang diajarkan.</p>	
<p>C. Penutup (3 menit)</p> <p>a. Membariskan siswa menjadi 2 bersaf</p> <p>b. Pendinginan dilakukan dengan cara bernyanyi kepala , pundak, lutut sambil memegang anggota tubuh yang di sebutkan</p> <p>c. Siswa kembali di bariskan menjadi 2 bersaf.</p> <p>Guru memberikan tugas dan berdoa, selanjutnya siswa di bubarkan dan masuk kedalam kelas masing-masing</p>	

## I. Penilaian

### a. Afektif

No	Nama	Penilaian yang di amati			
		Kerjasama	Toleransi	Kejujuran	Tanggung jawab
1.					

Keterangan :

- Skor (80) Baik Sekali, jika memenuhi 4 kriteria.
- Skor (70) Baik, jika memenuhi 3 kriteria.
- Skor (60) Cukup, jika memenuhi 2 kriteria.
- Skor (50) kurang, jika memenuhi 1 kriteria.

### b. Psikomotorik

No	Nama	Kriteria					Nilai
		1	2	3	4	5	
1.							

Kriteria :

1. Mampu melakukan sikap tubuh dalam posisi berjalan
2. Mampu melakukan sikap tubuh dalam posisi berjalan di tempat
3. Mampu melakukan sikap tubuh dalam posisi berjalan dengan santai
4. Mampu melakukan sikap tubuh dalam posisi berjalan dengan mengangkat paha
5. Mampu melakukan sikap tubuh dalam posisi berjalan dengan pandangan mata lurus ke depan

Keterangan :

- Skor (95) Baik Sekali, jika memenuhi 5 kriteria.
- Skor (80) Baik, jika memenuhi 4 kriteria.
- Skor (75) Cukup, jika memenuhi 3 kriteria.
- Skor (70) kurang, jika memenuhi 2 kriteria.

### c. Kognitif

Pemberian tugas kepada peserta didik terkait pembelajaran yang telah dilakukan di antaranya :

1. Bagian tubuh paling atas adalah ?
2. Kemana arah pandangan mata saat berjalan ?

Kulon Progo, 05 Oktober 2017

Mengetahui,

Guru pendamping lapangan

Praktikkan

Sumilah, S.Pd  
(19630903 198403 2 008)

Muhammad Ilyas Maulana  
(14604221041)

#### LEMBAR PENILAIAN KELAS 2 SD N GADINGAN

No	Nilai	Jenis kelamin	Kriteria					Nilai
			1	2	3	4	5	
1.	ABY MUHAMAD RIZAL	L						
2.	ADITYA NUR ROHIM	L						
3.	ADIVA REGA PRATAMA	L						
4.	AGHESTA REYGA ADITYA	L						
5.	AIRA ZAHRANI PUTRI	P						
6.	ALYA LUSYANA HAFIZHAH	P						
7.	AMELIA RAMADHANI	P						
8.	AMMALIA RIDLATUL MUJANNAH	P						
9.	ANDIKA PRATAMA	L						
10.	ANGGER NUR ARIF KURNIAWAN	L						
11.	AUREL DEYA SAFITRI	P						

12.	CHIELA AZZURA PUTRI NURJATI	P						
13.	DAVINA NURUL ANDINI	P						
14.	FITRIYANA RAHMAWATI	P						
15.	HAZIM AUFA SABRI	L						
16.	ILHAM INTI PATRIOT DAYA	L						
17.	LUVENA ARDIS ARNA	P						
18.	MUHAMMAD MUCHTAR FATAHILAH	L						
19.	MUHAMMAD RADITYA AQZO HIKMAWAN	L						
20.	MUHAMMAD RADITYA WILDAN	L						
21.	NOVIRA DEA KUSUMA DEWI	P						
22.	RAFFA SATRIA RAMADHANI	L						
23.	RIDWAN KEVIN ABIMANYU	L						
24.	ROLAND RASYA S	L						
25.	SYAID ABDURRASYID	P						
26.	VALENTINA SYIVA PUSPASARI	P						
27.	VIVIANA DAMAYANTI	P						
28.	ZAHRA SHIFA AFIFAH	P						
29.	ZAQIF NAUFARIFI	L						

Kriteria :

1. Mampu melakukan sikap tubuh dalam posisi berjalan
2. Mampu melakukan sikap tubuh dalam posisi berjalan di tempat
3. Mampu melakukan sikap tubuh dalam posisi berjalan dengan santai
4. Mampu melakukan sikap tubuh dalam posisi berjalan dengan mengangkat paha
5. Mampu melakukan sikap tubuh dalam posisi berjalan dengan pandangan mata lurus ke depan

Keterangan :

- Skor (95) Baik Sekali, jika memenuhi 5 kriteria.
- Skor (80) Baik, jika memenuhi 4 kriteria.

- Skor (75) Cukup, jika memenuhi 3 kriteria.
- Skor (70) kurang, jika memenuhi 2 kriteria.

Kulon Progo, 05 Oktober 2017

Mengetahui,

Guru pendamping lapangan

Praktikkan

Sumilah, S.Pd  
(19630903 198403 2 008)

Muhammad Ilyas Maulana  
(14604221041)



## **RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**

1. Satuan Pendidikan : SD Negeri Gadingan Wates
  2. Kelas/ Semester : I (Satu)/ I (Satu)
  3. Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
  4. Materi : Keseimbangan Statis Tanpa Alat
  5. Hari/ Tanggal : Kamis/ 13 Oktober 2017
  6. Alokasi Waktu : 120 Menit
- 

### **A. Standar Kompetensi**

3. Mempraktikkan senam lantai sederhana tanpa alat dan nilai yang terkandung di dalamnya

### **B. Kompetensi Dasar**

- 3.1 Mempraktikkan gerak keseimbangan statis tanpa alat, serta nilai percaya diri dan disiplin.

### **C. Indikator**

- 3.3.1 Mempraktikkan gerakan keseimbangan statis dalam posisi menyerupai burung bangau.
- 3.3.2 Mempraktikkan gerakan keseimbangan statis dalam posisi angkat lutut 90 derajat.
- 3.3.3 Mempraktikkan gerakan keseimbangan statis dalam posisi membentuk kapal.

### **D. Tujuan Pembelajaran**

- 3.3.1.1 Siswa dapat mempraktikkan gerakan keseimbangan statis dalam posisi menyerupai burung bangau.
- 3.3.1.2 Siswa dapat mempraktikkan gerakan keseimbangan statis dalam posisi angkat lutut 90 derajat.
- 3.3.1.3 Siswa dapat mempraktikkan gerakan keseimbangan statis dalam posisi membentuk kapal.
- 3.3.1.4 Siswa dapat mempraktikkan gerakan keseimbangan statis dalam waktu 10 detik.

### **E. Materi Pembelajaran**

Keseimbangan Statis Tanpa Alat

### **F. Metode Pembelajaran**

Demonstrasi, Tanya Jawab

## G. Alat dan Sumber bahan


Alat :

1. Peluit
2. Stopwatch

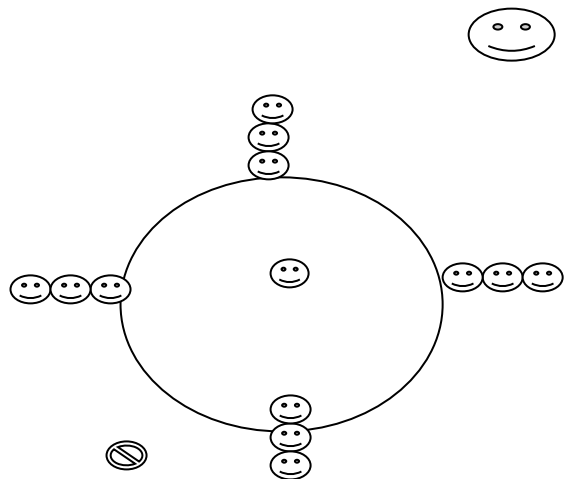
Sumber belajar :

1. Suwandi. 2010. *Pengertian Penjasorkes 2 Untuk Sekolah Dasar Kelas I/* Jakarta :Erlangga

## H. Langkah-langkah Pembelajaran

Uraian Kegiatan	Gambar
<p>A. Pendahuluan ( 20 Menit)</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Menyiapkan Siswa<ul style="list-style-type: none"><li>- Siswa dipastikan siap untuk mengikuti pembelajaran .</li></ul></li><li>2. Mengecek Siswa<ul style="list-style-type: none"><li>- Siswa dipresensi oleh guru dan kerapian siswa.</li></ul></li><li>3. Berdoa<ul style="list-style-type: none"><li>- Berdoa dipimpin oleh guru</li></ul></li><li>4. Guru mempertanyakan keadaan dan kondisi kesehatan peserta didik, jika ada yang sakit peserta didik bersangkutan boleh tidak mengikuti pembelajaran , tetapi harus tetap duduk di pinggir lapangan dan memperhatikan pembelajaran.</li><li>5. Siswa diminta untuk mengelilingi sekolah sebanyak 2 kali</li><li>6. Melakukan pemanasan statis dan dinamis yang di pimpin oleh guru</li><li>7. Nama Permainan yaitu “ Tikus dan dan Kucing”<ol style="list-style-type: none"><li>a. Menyuruh siswa untuk berbaris dan membagi menjadi 3 barisan</li></ol></li></ol>	

- b. Menyuruh 2 orang untuk maju ke depan.
- c. Salah satu ada yang menjadi tikus dan ada yang menjadi kucing.
- d. Kucing harus mengejar tikus
- e. Jika tikus sudah capek berlari, tikus bisa berhenti di depan kelompok pada barisan lingkaran tersebut.
- f. Ketika tikus sudah berhenti di depan barisan, maka kucing harus mengejar orang yang berada pada baris belakang dimana tikus itu berhenti pada kelompok tersebut.
- g. Apabila tikus ditangkap oleh kucing, maka orang yang semula menjadi tikus harus mengganti posisi menjadi kucing dan harus mengejar mangsa selanjutnya.
- h. Pergantian posisi
- i. tikus tidak lagi berhenti di depan barisan kelompok, tetapi berhenti dibelakang barisan kelompok.



## B. INTI (100 menit)

### 1. Ekplorasi

- a. Siswa diberikan pertanyaan mengenai materi yang akan disampaikan oleh guru. ( untuk mengetahui seberapa besar pengetahuan siswa terhadap materi ).



### 2. Elaborasi

Guru memulai pembelajaran dengan memberi contoh gerakan materi yang akan diajarkan, setelah itu siswa di melakukan gerakan :

- a. Siswa dibariskan menjadi dua bersaf
- b. Siswa dapat mempraktikan gerakan keseimbangan statis



dalam posisi menyerupai burung bangau.

- Rentangkan tangan kanan.
- Angkat kaki kanan, tahan dengan tangan kiri.
- Tahan posisi beberapa saat, ulangi dengan posisi sebaliknya



c. Siswa dapat mempraktikkan gerakan keseimbangan statis dalam posisi angkat lutut 90 derajat.

- Angkat lutut 90 derajat.
- Rentangkan kedua tangan kesamping untuk menyeimbangkan.



d. Siswa dapat mempraktikkan gerakan keseimbangan statis dalam posisi membentuk kapal.

- Pertama duduk dengan kaki diluruskan.
- Rentangkan kedua tangan kesamping.
- Angkat kedua kaki perlahan ke udara atau ke atas




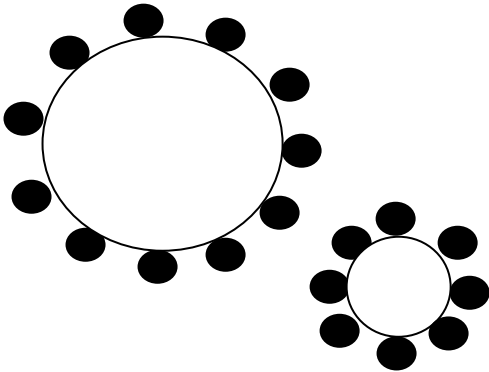


e. Siswa dapat mempraktikkan semua gerakan keseimbangan statis dalam waktu 10 detik.

### 3. Konfirmasi

Guru mengevaluasi siswa, apakah siswa sudah memahami materi yang diajarkan dengan



<p>memberikan pertanyaan – pertanyaan seputar pembelajaran yang diajarkan.</p>	 
<p>C. Penutup (3 menit)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Membariskan siswa menjadi 2 bersaf</li> <li>Pendinginan dilakukan dengan cara bernyanyi lingkaran besar lingkaran kecil dengan saling berpegangan satu sama lain dan liriknya di ganti.  “ lingkaran besar, lingkaran besar , lingkaran besar. Lingkaran kecil, lingkaran kecil, lingkaran kecil.lingkaran besar, lingkaran besar , lingkaran besar.Tangan ke atas, tangan ke atas dan ambil nafas. Tangan kebawah, tangan kebawah, buang nafasnya”</li> <li>Siswa kembali di bariskan menjadi 2 bersaf.  <p>Guru memberikan tugas dan berdoa, selanjutnya siswa di bubarkan dan masuk kedalam kelas masing-masing</p> </li> </ol>	 

## I. Penilaian

### a. Afektif

No	Nama	Penilaian yang di amati			
		Kerjasama	Toleransi	Kejujuran	Tanggung jawab
1.					

Keterangan :

- Skor (80) Baik Sekali, jika memenuhi 4 kriteria.
- Skor (70) Baik, jika memenuhi 3 kriteria.
- Skor (60) Cukup, jika memenuhi 2 kriteria.
- Skor (50) kurang, jika memenuhi 1 kriteria.

### b. Psikomotorik

No	Nama	Kriteria				Nilai
		1	2	3	4	
1.						

Kriteria :

1. Mampu melakukan gerakan keseimbangan statis dalam posisi menyerupai burung bangau.
2. Mampu melakukan gerakan keseimbangan statis dalam posisi angkat lutut 90 derajat.
3. Mampu melakukan gerakan keseimbangan statis dalam posisi membentuk kapal.
4. Mampu melakukan semua gerakan keseimbangan statis dalam waktu 10 detik.

Keterangan :

- Skor (95) Baik Sekali, jika memenuhi 4 kriteria.
- Skor (80) Baik, jika memenuhi 3 kriteria.
- Skor (75) Cukup, jika memenuhi 2 kriteria.
- Skor (70) kurang, jika memenuhi 1 kriteria.

### c. Kognitif

Pemberian tugas kepada peserta didik terkait pembelajaran yang telah di lakukan di antaranya :

1. Apa fungsi dari merentangkan tangan?

2. Mengapa keseimbangan dibutuhkan untuk badan?

Kulon Progo, 13 Oktober 2017

Mengetahui,

Guru pendamping lapangan

Praktikkan

Sumilah, S.Pd

(19630903 198403 2 008)

Muhammad Ilyas Maulana

(14604221041)

**LEMBAR PENILAIAN KELAS 1 SD N GADINGAN**

No	Nilai	Jenis kelamin	Kriteria				Nilai
			1	2	3	4	
1.	ARKANA ZAIDANANTO	L					
2.	BAGAS INDRA KUSUMA	L					
3.	BRADO HERCULES MURSITA	L					
4.	DEVINA PUTRI NATANEILA	P					
5.	DHENA HAUNA PRIYA SEJATI	L					
6.	EFNA LAILA PUTRI	P					
7.	EILLYA NUR HIDA	P					
8.	FAUZAN PRAMUDYA PUTRA	L					
9.	FIAS FAHRANI	P					
10.	GILANG PUTRA PERMANA	L					
11.	HAYOM NOEHRAENI	P					
12.	HUSNAN MEGANDARU BADRA	L					
13.	KANIA DWI MARISTI	P					
14.	KHANZA MAULANA ANNISA	P					
15.	LATIFAH AZZAHRA	P					
16.	MUHAMAD AKBAR R	L					
17.	MUHAMMAD SAHHYL KHAN	L					
18.	MUHAMMAD SATYA PRADANA	L					

<b>19.</b>	NANJAMA MEGANTARA MENDRA	L					
<b>20.</b>	PRITA DHIYAA 'AFIYAH	P					
<b>21.</b>	PUTRI MAININGRUM	P					
<b>22.</b>	RANDIKA PANJI PRATAMA	L					
<b>23.</b>	Rr.HADIJAH AFIFAH RAHMA	P					
<b>24.</b>	SUKMA HAYUDYA FAJARINA	P					
<b>25.</b>	TIARA PUSPA AYU	P					
<b>26.</b>	ZELIA GARI ASMAWA	P					
<b>27.</b>	ZULFA FAUZIYAH	P					

Kriteria :

1. Mampu melakukan gerakan keseimbangan statis dalam posisi menyerupai burung bangau.
2. Mampu melakukan gerakan keseimbangan statis dalam posisi angkat lutut 90 derajat.
3. Mampu melakukan mempraktikkan gerakan keseimbangan statis dalam posisi membentuk kapal.
4. Mampu melakukan semua gerakan keseimbangan statis dalam waktu 10 detik.

Keterangan :

- Skor (95) Baik Sekali, jika memenuhi 4 kriteria.
- Skor (80) Baik, jika memenuhi 3 kriteria.
- Skor (75) Cukup, jika memenuhi 2 kriteria.
- Skor (70) kurang, jika memenuhi 1 kriteria,

Kulon Progo, 13 September 2017

Mengetahui,

Guru pendamping lapangan

Praktikkan

Sumilah, S.Pd  
(19630903 198403 2 008)

Muhammad Ilyas Maulana  
(14604221041)



## **RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**

1. Satuan Pendidikan : SD Negeri Gadingan Wates
  2. Kelas/ Semester : IV (Empat) / I (Satu)
  3. Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
  4. Materi : Kelenturan dan Koordinasi
  5. Hari/ Tanggal : Senin/ 16 Oktober 2017
  6. Alokasi Waktu : 120 Menit
- 

### **A. Standar Kompetensi**

2. Mempraktikkan latihan untuk meningkatkan kebugaran dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

### **B. Kompetensi Dasar**

- 2.2. Mempraktikkan aktifitas permainan untuk melatih kelenturan dan koordinasi serta nilai kerja keras dan disiplin.

### **C. Indikator**

- 2.2.1. Mempraktikkan gerakan mencium lutut.
- 2.2.2. Mempraktikkan gerakan lempar tangkap bola ke dinding.

### **D. Tujuan Pembelajaran**

- 2.2.1.1. Siswa dapat mempraktikkan gerakan mencium lutut.
- 2.2.1.2. Siswa dapat mempraktikkan lempar tangkap bola ke dinding.
- 2.2.1.3. Siswa dapat mempraktikkan gerakan mencium lutut selama 10 detik.
- 2.2.1.4. Siswa dapat mempraktikkan lempar tangkap bola ke dinding dalam waktu 30 detik

### **E. Materi Pembelajaran**

Kelenturan dan Koordinasi

### **F. Metode Pembelajaran**

Komando, demonstrasi, Tanya Jawab

#### G. Alat dan Sumber bahan

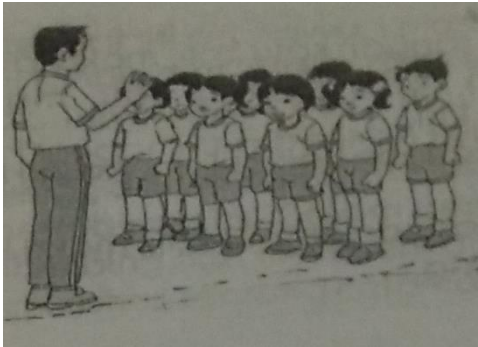
Alat :

1. Peluit
2. Stopwatch
3. Bola voly
4. Bola tenis lapang

Sumber belajar :

1. Suwandi. 2010. *Pengertian Penjasorkes 2 Untuk Sekolah Dasar Kelas IV*/Jakarta :Erlangga

#### H. Langkah-langkah Pembelajaran

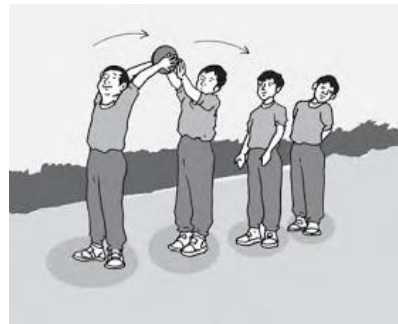
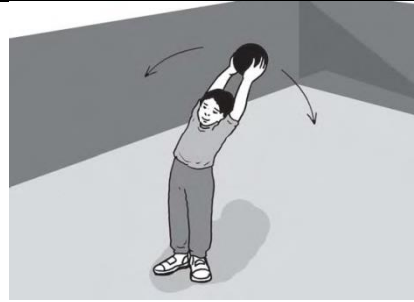
Uraian Kegiatan	Gambar
<p>A. Pendahuluan ( 20 Menit)</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Menyiapkan Siswa<ul style="list-style-type: none"><li>- Siswa dipastikan siap untuk mengikuti pembelajaran .</li></ul></li><li>2. Mengecek Siswa<ul style="list-style-type: none"><li>- Siswa dipresensi oleh guru dan kerapihan siswa.</li></ul></li><li>3. Berdoa<ul style="list-style-type: none"><li>- Berdoa dipimpin oleh guru</li></ul></li><li>4. Guru mempertanyakan keadaan dan kondisi kesehatan peserta didik, jika ada yang sakit peserta didik bersangkutan boleh tidak mengikuti pembelajaran ,tetapi harus tetap duduk di pinggir lapangan dan memperhatikan pembelajaran.</li><li>5. Siswa diminta untuk mengelilingi sekolah sebanyak 2 kali</li><li>6. Melakukan pemanasan statis dan dinamis yang di pimpin oleh guru</li></ol>	

7. Nama Permainanyaitu

“Melentingkan badan sambil memegang bola.”

Cara melakukannya:

- Berdiri tegak dengan kaki rapat.
- Pegang bola dengan tangan lurus ke atas.
- Selanjutnya, lentingkan badan ke kiri maupun ke kanan kemudian gerakan ini ditahan beberapa detik.

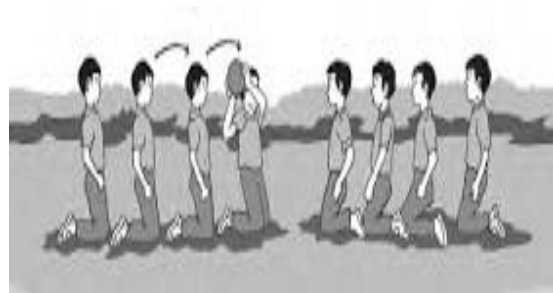


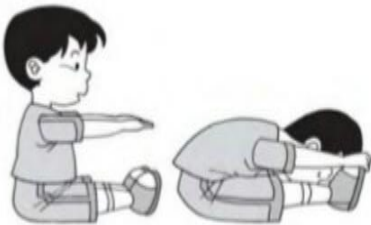
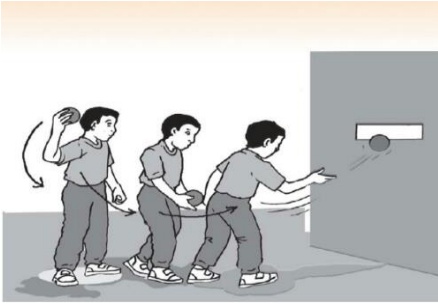
8. Bermain oper bola dari depan ke belakang. Cara melakukannya:

- Buatlah beberapa kelompok kemudian baris berbanjar.
- Berdiri tegak dengan kaki rapat.
- Pegang bola dengan kedua tangan.
- Kemudian operkan bola ke belakang sampai badan terasa melenting.

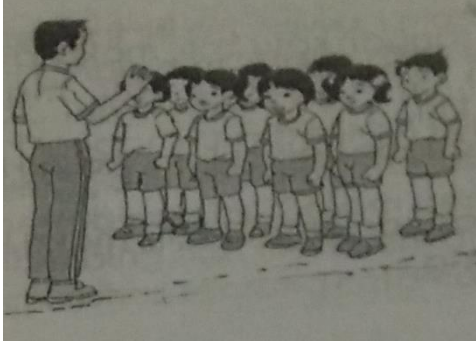
9. Mengoper bola beruntun. Cara melakukannya:

- Buatlah 2 regu berbaris berbanjar saling berhadapan.
- Tiap regu minimal berjumlah 4 siswa.
- Sikap awal tiap regu berdiri dengan menggunakan lutut.
- Operlah bola kepada teman yang ada di depannya.
- Peganglah bola operan teman di belakangmu dengan melentingkan badan ke samping ke arah datangnya bola.



<ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa paling depan telah mengoper regu lain yang ada di hadapannya pindah ke belakang barisan regu di depannya tersebut.</li> </ul>	
<p><b>B. INTI (100 menit)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ekplorasi <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Siswadi berikan pertanyaan mengenai materi yang akan disampaikan oleh guru. ( untuk mengetahui seberapa besar pengetahuan siswa terhadap materi ).</li> </ol> </li> <li>2. Elaborasi <p>Guru memulai pembelajaran dengan memberi contoh gerakan materi yang akan diajarkan, setelah itu siswa di melakukan gerakan :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Siswa dibariskan menjadi dua bersaf.</li> <li>b. Siswa dapat mempraktikan gerakan mencium lutut. <ul style="list-style-type: none"> <li>- Duduk dengan kaki lurus ke depan dan badan tegak.</li> <li>- Pandangan mata ke depan.</li> <li>- Lengan luruskan ke depan renggutkan badan ke depan sampai mencium lutut</li> <li>- Lakukan beberapa kali</li> </ul> </li> </ol> </li> </ol>	 

<p>c. Siswa dapat mempraktikan gerakan lempar tangkap bola kedinding.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sikap awal berdiri tegak dengan kaki kiri di depan.</li> <li>- Tangan kanan memegang bola di belakang badan sejajar dengan bahu dan tangan kiri di depan badan.</li> <li>- Ayunkan tangan kanan dari belakang ke depan sambil melepaskan bola dari pandangan lurus kedepan.</li> <li>- Lakukan lemparan setinggi dada atau mendatar.</li> <li>- Dan tangkap bolanya lagi dengan tangan kiri</li> </ul> <p>3. Konfirmasi</p> <p>Guru mengevaluasi siswa, apakah siswa sudah memahami materi yang diajarkan dengan memberikan pertanyaan – pertanyaan seputar pembelajaran yang diajarkan.</p>	
<p>C. Penutup (3 menit)</p> <p>a. Membariskan siswa menjadi 2 bersaf</p>	

<p>b. Pendinginan dilakukan dengan cara dipimpin oleh guru.</p> <p>c. Siswa kembali di bariskan menjadi 2 bersaf.</p> <p>Guru memberikan tugas dan berdoa, selanjutnya siswa di bubarkan dan masuk kedalam kelas masing-masing</p>	
--	--

## I. Penilaian

### a. Afektif

No	Nama	Penilaian yang di amati			
		Kerjasama	Toleransi	Kejujuran	Tanggung jawab
1.					

#### Keterangan :

- Skor (80) Baik Sekali, jika memenuhi 4 kriteria.
- Skor (70) Baik, jika memenuhi 3 kriteria.
- Skor (60) Cukup, jika memenuhi 2 kriteria.
- Skor (50) kurang, jika memenuhi 1 kriteria.

### b. Psikomotorik

No	Nama	Kriteria				Nilai
		1	2	3	4	
1.						

#### Kriteria :

1. Mampu melakukangerakan mencium lutut.
2. Mampu melakukangerakan mencium lutut dalam hitungan 10 detik.
3. Mampu melakukan gerakan lempar tangkap bola ke dinding.
4. Mampu melakukan gerakan lempar tangkap bola ke dinding dengan waktu 30detik dan memperoleh point sebanyak banyaknya.

Keterangan :

- Skor (95) Baik Sekali, jika memenuhi 4 kriteria.
- Skor (80) Baik, jika memenuhi 3 kriteria.
- Skor (75) Cukup, jika memenuhi 2 kriteria.
- Skor (70) kurang, jika memenuhi 1 kriteria.

c. Kognitif

Pemberian tugas kepada peserta didik terkait pembelajaran yang telah dilakukan di antaranya :

1. Apa itu koordinasi dan keseimbangan?
2. Sebutkan fungsi kelenturan untuk tubuh?

Kulon Progo, 16 Oktober 2017

Mengetahui,  
Guru pendamping lapangan

Praktikkan

Sumilah, S.Pd  
(19630903 198403 2 008)

Muhammad Ilyas Maulana  
(14604221041)

**LEMBAR PENILAIAN KELAS 1 SD N GADINGAN**

No	Nilai	Jenis kelamin	Kriteria				Nilai
			1	2	3	4	
1.	ADHA RASTY MOHAYANI	P					
2.	AMELIA INDAH CAHYANI	P					
3.	AULIA	P					
4.	AZKA HIBATUL AZIZI	L					
5.	DIAH WIDIASTUTI	P					
6.	DIAN RAMADHAN	L					
7.	ELSYA ALFIANI	P					
8.	ENGGAR FERDIYANTO	L					
9.	FAREL HAZALRA CARINZAH	L					
10.	GIZKA FADILLA	L					

11.	HABIB AJI SETYAWAN	L					
12.	HANING ILDA AGUSTIN PRABANDARI	P					
13.	HERI WIBOWO	L					
14.	IMAM AHMAD ROVIQ A K	L					
15.	KHOIRUNADIA ZAHRANI	P					
16.	LATIF ZIDNI AL AZMI	L					
17.	LATIFATUL HOTIMAH	P					
18.	LESTARI PUSPARAHMAWATI	P					
19.	MAULANA MUH RIFA'I	L					
20.	MUHAMMAD MUFLIH AKMAL AMININ	L					
21.	NABILA NAZHIFAH PUTRI	P					
22.	NUR SYIFA RAMADHANIA	P					
23.	NURUL AMBARWATI	P					
24.	RAFLY AHMAD FAUZY	L					
25.	RAHMA NABIL AGUSTIN						
26.	RIO KEYSA PRATAMA	L					
27.	SEPTIYAWAN HERMANTOKO	L					
28.	UMAR ABDURRAHMAN	L					
29.	ZALFA FITRIA RAMADHANI	P					
30.	ZASELLA DWI PUTRA ARTEISYA	L					

Kriteria :

1. Mampu melakukangerakan mencium lutut.
2. Mampu melakukangerakan mencium lutut dalam hitungan 10 detik.
3. Mampu melakukan gerakan lempar tangkap bola ke dinding.
4. Mampu melakukan gerakan lempar tangkap bola ke dinding dengan waktu 30detik dan memperoleh point sebanyak banyaknya.

Keterangan :

- Skor (95) Baik Sekali, jika memenuhi 4 kriteria.
- Skor (80) Baik, jika memenuhi 3 kriteria.
- Skor (75) Cukup, jika memenuhi 2 kriteria.



- Skor (70) kurang, jika memenuhi 1 kriteria.

Kulon Progo, 16 Oktober 2017

Mengetahui,

Guru pendamping lapangan

Praktikkan

Sumilah, S.Pd

(19630903 198403 2 008)

Muhammad Ilyas Maulana

(14604221041)

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

1. Satuan Pendidikan : SD Negeri Gadingan Wates
  2. Kelas/ Semester : VI (Enam)/ I (Satu)
  3. Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
  4. Materi : Latihan Peningkatan Kualitas Jasmani
  5. Hari/ Tanggal : Selasa / 17 Oktober 2017
  6. Alokasi Waktu : 120 Menit
- 

### A. Standar Kompetensi

2. Mempraktikkan latihan peningkatan kualitas jasmani (komponen kebugaran jasmani), dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

### B. Kompetensi Dasar

- 2.3 Mempraktikkan jenis latihan yang sesuai untuk mempertahankan dan memperbaiki postur tubuh serta nilai keselamatan disiplin, kerja keras.

### C. Indikator

- 2.3.1 Mempraktikkan gerakan plank dengan posisi stand push up.
- 2.3.2 Mempraktikkan gerakan plank dengan badan menghadap ke atas tangan ditekuk tumpuan disikut.
- 2.3.3 Mempraktikkan gerakan plank dengan badan menghadap ke atas tangan diluruskan.

### D. Tujuan Pembelajaran

- 2.3.1.1 Siswa dapat mempraktikkan gerakan plank dengan posisi stand push up.
- 2.3.1.2 Siswa dapat mempraktikkan gerakan plank dengan badan menghadap ke atas tangan ditekuk tumpuan disikut.
- 2.3.1.3 Siswa dapat mempraktikkan plank dengan badan menghadap ke atas tangan diluruskan.
- 2.3.1.4 Siswa dapat mempraktikkan semua gerakan dalam waktu 15 detik.

### E. Materi Pembelajaran

Latihan Peningkatan Kualitas Jasmani

### F. Metode Pembelajaran

Komando, demonstrasi

### G. Alat dan Sumber bahan




Alat :

1. Peluit
2. Stopwatch
3. Simpai

Sumber belajar :

1. Suwandi. 2010. *Pengertian Penjasorkes 2 Untuk Sekolah Dasar Kelas II/* Jakarta :Erlangga

#### H. Langkah-langkah Pembelajaran

Uraian Kegiatan	Gambar
<p>A. Pendahuluan ( 20 Menit)</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Menyiapkan Siswa<ul style="list-style-type: none"><li>- Siswa dipastikan siap untuk mengikuti pembelajaran .</li></ul></li><li>2. Mengecek Siswa<ul style="list-style-type: none"><li>- Siswa dipresensi oleh guru dan kerapian siswa.</li></ul></li><li>3. Berdoa<ul style="list-style-type: none"><li>- Berdoa dipimpin oleh guru</li></ul></li><li>4. Guru mempertanyakan keadaan dan kondisi kesehatan peserta didik, jika ada yang sakit peserta didik bersangkutan boleh tidak mengikuti pembelajaran , tetapi harus tetap duduk di pinggir lapangan dan memperhatikan pembelajaran.</li><li>5. Siswa diminta untul mengelilingi sekolah sebanyak 2 kali</li><li>6. Melakukan pemanasan statis dan dinamis yang di pimpin oleh guru</li><li>7. Nama Permainan yaitu “ Simpai Beruntun”</li></ol>	  

- Membariskan siswa menjadi 2 saf dan saling berpegang tangan satu dengan yang lainnya.
- Caranya simpai diletakkan di pundak salah satu anggota kelompok.
- Kemudian dengan didahului aba-aba, simpai tersebut harus berpindah dari satu anggota kelompok ke anggota yang lain sampai ke anggota kelompok yang terakhir.
- Anggota kelompok boleh menggerakkan seluruh badan untuk membuat simpai tersebut bergerak.



## B. INTI (100 menit)

### 1. Eksplorasi

- Siswa diberikan pertanyaan mengenai materi yang akan disampaikan oleh guru. (untuk mengetahui seberapa besar pengetahuan siswa terhadap materi).



### 2. Elaborasi

Guru memulai pembelajaran dengan memberi contoh gerakan materi yang akan diajarkan, setelah itu siswa di melakukan gerakan :

- Siswa dibariskan menjadi dua bersaf.



b. Siswa dapat mempraktikkan gerakan plank dengan posisi stand push up.

- Letakan kedua telapak tangan di lantai dengan posisi tangan lurus
- Luruskan tubuh ke belakang.
- Gunakan ujung kaki sebagai tumpuan.
- Pastikan posisi bahu hingga tumit lurus


c. Siswa dapat mempraktikkan gerakan plank dengan badan menghadap ke atas tangan ditekuk tumpuan disikut.

- Baringkan tubuh menghadap ke atas.
- Tangan di tekuk dan angkat badan secara perlahan hingga badan terangkat.

d. Siswa dapat mempraktikkan plank dengan badan menghadap ke atas tangan diluruskan.

- Baringkan tubuh menghadap ke atas.
- Telapak tangan menempel dilantai
- Luruskan tangan secara perlahan hingga tubuh terangkat.



<p>e. Siswa dapat mempraktikan semua gerakan dalam waktu 10 detik.</p> <p>3. Konfirmasi</p> <p>Guru mengevaluasi siswa, apakah siswa sudah memahami materi yang diajarkan dengan memberikan pertanyaan – pertanyaan seputar pembelajaran yang diajarkan.</p>	
<p>C. Penutup (3 menit)</p> <p>a. Membariskan siswa menjadi 2 bersaf</p> <p>b. Pendinginan dilakukan dengan cara di pimpin oleh guru.</p> <p>c. Guru memberikan tugas dan berdoa, selanjutnya siswa di bubarkan dan masuk kedalam kelas masing-masing</p>	

## I. Penilaian

### a. Afektif

No	Nama	Penilaian yang di amati			
		Kerjasama	Toleransi	Kejujuran	Tanggung jawab
1.					

Keterangan :

- Skor (80) Baik Sekali, jika memenuhi 4 kriteria.
- Skor (70) Baik, jika memenuhi 3 kriteria.
- Skor (60) Cukup, jika memenuhi 2 kriteria.
- Skor (50) kurang, jika memenuhi 1 kriteria.

### b. Psikomotorik

No	Nama	Kriteria				Nilai
		1	2	3	4	
1.						

Kriteria :

1. Mampu mempraktikan gerakan plank dengan posisi stand push up.
2. Mampu mempraktikan gerakan plank dengan badan menghadap ke atas tangan ditekuk tumpuan disikut.
3. Mampu mempraktikan plank dengan badan menghadap ke atas tangan diluruskan.
4. Mampu mempraktikan semua gerakan dalam waktu 10 detik.

Keterangan :

- Skor (95) Baik Sekali, jika memenuhi 4 kriteria.
- Skor (80) Baik, jika memenuhi 3 kriteria.
- Skor (75) Cukup, jika memenuhi 2 kriteria.
- Skor (70) kurang, jika memenuhi 1 kriteria.

c. Kognitif

Pemberian tugas kepada peserta didik terkait pembelajaran yang telah di lakukan di antaranya :

1. Mengapa saat melakukan plank badan harus lurus?
2. Gerakan plank melatih otot apa?

Kulon Progo, 17 Oktober 2017

Mengetahui,

Guru pendamping lapangan

Praktikkan

Sumilah, S.Pd  
(19630903 198403 2 008)

Muhammad Ilyas Maulana  
(14604221041)

### LEMBAR PENILAIAN KELAS V1 SD N GADINGAN

No	Nilai	Jenis kelamin	Kriteria				Nilai
			1	2	3	4	
1.	ADITYAS WURI UTAMI	P					
2.	ALIFRIANDRI ZUHAIZHAR WICAKSONO	L					
3.	ANANDA DHINI NATASYAH	P					
4.	ANARGYA GENDIS RAHARJATI	P					
5.	APRILINDA KUSUMANINGRUM	P					
6.	BAKHTIAR MUHAMMAD NUR C	L					
7.	DIMAS RANGGA SAPUTRA	L					
8.	ERWIN LANGGENG DWI S	L					
9.	FALDHI HASHFI CARINZA	L					
10.	HANANG WISNU RIHALDI RAMADHAN	L					
11.	HANING HESTI NAWANG A	P					
12.	IKMAS FADRI	L					
13.	KEVIN PRIMAHA DAWWAS K	L					
14.	LATRI WANGI CONDR O P	P					
15.	LISA YULIA ARDANI	P					
16.	MUHAMMAD FAKHRI SHIDIK	L					
17.	MUHAMMAD NUR IRFAN A	L					
18.	MUHAMMAD RIZKI AMRU R	L					
19.	MUHAMMAD RIZKY PRATAMA	L					
20.	MYSNATUN CHASANAH	P					
21.	NOVITA ANGGRAIN I	P					
22.	NURITA SHAHADAH	P					
23.	OKTAVIANI INTAN R	P					
24.	RISMA FAJAR ANJANI	P					
25.	SUSILO BAMBANG PANUNTUN	L					
26.	SYAHFA AQNESA ZAKILA	P					



27.	VADELLA DEVINA SARI	P					
28.	YOSSA MAULANA ARYA M	L					

Kriteria :

1. Mampu mempraktikan gerakan plank dengan posisi stand push up.
2. Mampumempraktikan gerakan plank dengan badan menghadap ke atas tangan ditekuk tumpuan disikut.
3. Mampumempraktikan plank dengan badan menghadap ke atas tangan diluruskan.
4. Mampu mempraktikan semua gerakan dalam waktu 15 detik.

Keterangan :

- Skor (95) Baik Sekali, jika memenuhi 4 kriteria.
- Skor (80) Baik, jika memenuhi 3 kriteria.
- Skor (75) Cukup, jika memenuhi 2 kriteria.
- Skor (70) kurang, jika memenuhi 1 kriteria.

Kulon Progo, 17 September 2017

Mengetahui,

Guru pendamping lapangan

Praktikkan

Sumilah, S.Pd  
(19630903 198403 2 008)

Muhammad Ilyas Maulana  
(14604221041)

## **RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**

1. Satuan Pendidikan : SD Negeri Gadingan Wates
  2. Kelas/ Semester : VI (Enam)/ I (Satu)
  3. Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
  4. Materi : Pemanasan dan Pendinginan
  5. Hari/ Tanggal : Selasa / 24 Oktober 2017
  6. Alokasi Waktu : 120 Menit
- 

### **A. Standar Kompetensi**

3. Mempraktikkan kombinasi senam lantai dan senam ketangkasan dalam bentuk sederhana, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

### **B. Kompetensi Dasar**

- 3.1 Memperhatikan pemanasan dan pendinginan sebelum dan sesudah melaksanakan aktivitas senam.

### **C. Indikator**

- 3.1.1 Mempraktikkan gerakan melompat di tempat.
- 3.1.2 Mempraktikkan gerakan dorong – mendorong pundak.
- 3.1.3 Mempraktikkan gerakan tarik menarik satu tangan dan berputar.
- 3.1.4 Mempraktikkan gerakan mengayunkan satu dan dua tangan.

### **D. Tujuan Pembelajaran**

- 3.1.1.1 Siswa dapat mempraktikkan gerakan melompat di tempat.
- 3.1.1.2 Siswa dapat mempraktikkan gerakan dorong – mendorong pundak.
- 3.1.1.3 Siswa dapat mempraktikkan gerakan tarik menarik satu tangan dan berputar.
- 3.1.1.4 Siswa dapat mempraktikkan gerakan mengayunkan satu dan dua tangan.

### **E. Materi Pembelajaran**

Pemanasan dan Pendinginan

### **F. Metode Pembelajaran**

Demonstrasi, Tanya Jawab

#### G. Alat dan Sumber bahan

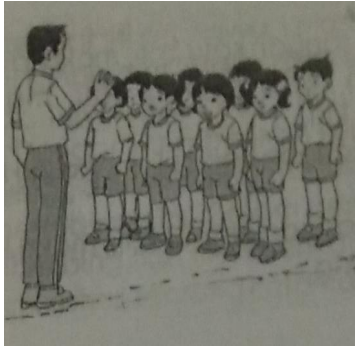
Alat :

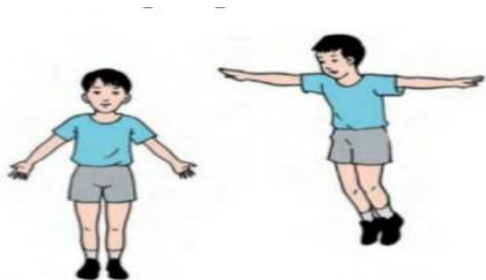
1. Peluit
2. Kapur

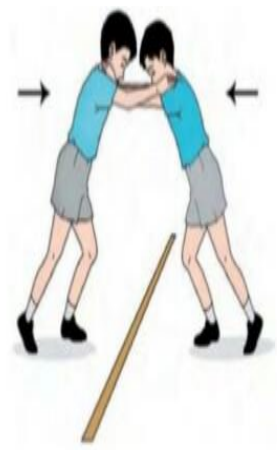
Sumber belajar :

1. Suwandi. 2010. *Pengertian Penjasorkes 2 Untuk Sekolah Dasar Kelas Iv*/Jakarta :Erlangga

#### H. Langkah-langkah Pembelajaran

Uraian Kegiatan	Gambar
<p>A. Pendahuluan ( 20 Menit)</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Menyiapkan Siswa<ul style="list-style-type: none"><li>- Siswa dipastikan siap untuk mengikuti pembelajaran .</li></ul></li><li>2. Mengecek Siswa<ul style="list-style-type: none"><li>- Siswa dipresensi oleh guru dan kerapian siswa.</li></ul></li><li>3. Berdoa<ul style="list-style-type: none"><li>- Berdoa dipimpin oleh guru</li></ul></li><li>4. Guru mempertanyakan keadaan dan kondisi kesehatan peserta didik, jika ada yang sakit peserta didik bersangkutan boleh tidak mengikuti pembelajaran ,tetapi harus tetap duduk di pinggir lapangan dan memperhatikan pembelajaran.</li><li>5. Nama permainan yaitu “jari berkelompok”<ul style="list-style-type: none"><li>- Siswa diminta untuk mengelilingi lapangan.</li><li>- Posisi guru di tengah lapangan</li><li>- Guru meniup peluit dan melambaikan tangan ke atas</li></ul></li></ol>	

<p>sambil mengacungkan jari tangan.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ketika itu siswa fokus ke tangan guru dan segera mencari teman sesuai dengan jari yang guru tersebut di angkat.</li> <li>- Jika ada siswa yang tidak sesuai dengan perintah jari guru tersebut maka siswa tersebut di bawaa ketengah lapang dan mendapatkan hukumann yang di sepakati bersama.</li> </ul>	
<p>B. INTI (100 menit)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ekplorasi <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Siswa diberikan pertanyaan mengenai materi yang akan disampaikan oleh guru. ( untuk mengetahui seberapa besar pengetahuan siswa terhadap materi ).</li> </ol> </li> <li>2. Elaborasi <p>Guru memulai pembelajaran dengan memberi contoh gerakan materi yang akan diajarkan, setelahitu siswa di suruh melakukan gerakan :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>d. Siswadibariskanmenjadiduabersaf</li> <li>e. Siswa dapat mempraktikan melompat ditempat. <ul style="list-style-type: none"> <li>- Berdiri tegak, pandangan lurus ke depan.</li> </ul> </li> </ol> </li> </ol>	 <p style="text-align: center;">Gambar 8.1 Meloncat</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rentangkan kedua tangan ke samping.</li> <li>- Melompatlah sebanyak 3 kali.</li> </ul> <p>f. Siswa dapat mempraktikan gerakan dorong – mendorong pundak.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa dibagi menjadi beberapa kelompok.</li> <li>- Guru membuat garis lurus sebagai batas.</li> <li>- Siswa berhadapan disamping garis lurus.</li> <li>- Satu lawan satu, kedua siswa saling berpegang bahu dan saling mendorong.</li> <li>- Regu yang di dorong melewati garis batas dinyatakan kalah dalam permainan.</li> </ul> <p>g. Siswa dapat mempraktikkan tarik menariik satu tangan dan berputar.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Berdiri saling berhadapan.</li> <li>- Masing – maing tangan kanan berada di depan..</li> <li>- Tangan kanan saling bersalaman dengan beerpegang erat.</li> <li>- Setelah mendengar aba aba peluit pertama lakukan saling tarik menarik.</li> </ul>	
--	---

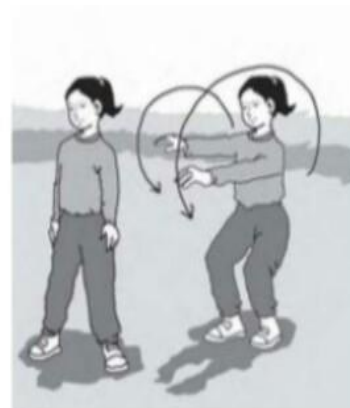
- Setelah mendengar aba aba ke dua, berputarlah sambil berpegang tangan.
- Diusahakan jangan samapai lepas.
- Lakukan gerakan ini berulang ulang.


h. Siswa dapat mempraktikan gerakan mengayunkan satu dan dua tangan.

- Siswa di bariskan menjadi 2 bershaf.
- Berdiri tegak dengan keddua kaki rapat.
- Kedua tangan beradaa di samping badan.
- Hitungan 1 :
  - Ayunkan tangan kanan lurus kedepan.
  - Tangan kiri diayunkan kebelakang lurus.
- Hitungan 2:
  - Ayunkan kedua lengan kedepan dan kebelakang.
- Hitungan 3 :
  - Lakukan gerakan 1 dan 2 dengan kaki ditekuk sedikit.

### 3. Konfirmasi

Guru mengevaluasisiswa, apakah siswa sudah memahami materi yang diajarkan dengan



memberikan pertanyaan – pertanyaan seputar pembelajaran yang diajarkan.	
<p>C. Penutup (3 menit)</p> <p>a. Membariskan siswa menjadi 2 bersaf</p> <p>b. Pendinginan dilakukan dengan cara membuat lingkaran dan bernyanyi “kalau kau suka hati” dengan memperagakan apa yang diucapkan oleh guru.</p> <p>c. Guru memberikan tugas dan berdoa, selanjutnya siswa di bubarkan dan masuk kedalam kelas masing-masing</p>	

## I. Penilaian

### a. Afektif

No	Nama	Penilaian yang di amati			
		Kerjasama	Toleransi	Kejujuran	Tanggung jawab
1.					

#### Keterangan :

- Skor (80) Baik Sekali, jika memenuhi 4 kriteria.
- Skor (70) Baik, jika memenuhi 3 kriteria.
- Skor (60) Cukup, jika memenuhi 2 kriteria.
- Skor (50) kurang, jika memenuhi 1 kriteria.

### b. Psikomotorik

No	Nama	Kriteria				Nilai
		1	2	3	4	
1.						

Kriteria :

1. mempraktikan gerakan melompat di tempat.
2. mempraktikan gerakan dorong – mendorong pundak.
3. mempraktikan gerakan tarik menarik satu tangan dan berputar.
4. mempraktikan gerakan mengayunkan satu dan dua tangan.

Keterangan :

- Skor (95) Baik Sekali, jika memenuhi 4 kriteria.
- Skor (80) Baik, jika memenuhi 3 kriteria.
- Skor (75) Cukup, jika memenuhi 2 kriteria.
- Skor (70) kurang, jika memenuhi 1 kriteria.

c. Kognitif

Pemberian tugas kepada peserta didik terkait pembelajaran yang telah dilakukan di antaranya :

1. Mengapa sebelum olahraga harus melakukan pemanasan?
2. Apakah pendinginan diperlukan setelah melakukan olahraga?

Kulon Progo, 24 Oktober 2017

Mengetahui,

Guru pendamping lapangan

Praktikkan

Sumilah, S.Pd  
(19630903 198403 2 008)

Muhammad Ilyas Maulana  
(14604221041)

**LEMBAR PENILAIAN KELAS VI SD N GADINGAN**

No.	Nilai	Jenis kelamin	Kriteria				Nilai
			1	2	3	4	
1.	ADITYAS WURI UTAMI	P					
2.	ALIFRIANDRI ZUHAIZHAR WICAKSONO	L					
3.	ANANDA DHINI NATASYAH	P					



4.	ANARGYA GENDIS RAHARJATI	P					
5.	APRILINDA KUSUMANINGRUM	P					
6.	BAKHTIAR MUHAMMAD NUR C	L					
7.	DIMAS RANGGA SAPUTRA	L					
8.	ERWIN LANGGENG DWI S	L					
9.	FALDHI HASHFI CARINZA	L					
10.	HANANG WISNU RIHALDI RAMADHAN	L					
11.	HANING HESTI NAWANG A	P					
12.	IKMAS FADRI	L					
13.	KEVIN PRIMAHA DAWWAS K	L					
14.	LATRI WANGI CONDRON P	P					
15.	LISA YULIA ARDANI	P					
16.	MUHAMMAD FAKHRI SHIDIK	L					
17.	MUHAMMAD NUR IRFAN A	L					
18.	MUHAMMAD RIZKI AMRU R	L					
19.	MUHAMMAD RIZKY PRATAMA	L					
20.	MYSNATUN CHASANAH	P					
21.	NOVITA ANGGRAINI	P					
22.	NURITA SHAHADAH	P					
23.	OKTAVIANI INTAN R	P					
24.	RISMA FAJAR ANJANI	P					
25.	SUSILO BAMBANG PANUNTUN	L					
26.	SYAHFA AQNESA ZAKILA	P					
27.	VADELLA DEVINA SARI	P					
28.	YOSSA MAULANA ARYA M	L					

Kriteria :

1. Mempraktikan gerakan melompat di tempat.
2. Mempraktikan gerakan dorong – mendorong pundak.
3. Mempraktikan gerakan tarik menarik satu tangan dan berputar.
4. Mempraktikan gerakan mengayunkan satu dan dua tangan.

Keterangan :

- Skor (95) Baik Sekali, jika memenuhi 4 kriteria.
- Skor (80) Baik, jika memenuhi 3 kriteria.
- Skor (75) Cukup, jika memenuhi 2 kriteria.
- Skor (70) kurang, jika memenuhi 1 kriteria

Kulon Progo, 24 September 2017

Mengetahui,

Guru pendamping lapangan

Praktikkan

Sumilah, S.Pd

(19630903 198403 2 008)

Muhammad Ilyas Maulana

(14604221041)

## **RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**

1. Satuan Pendidikan : SD Negeri Gadingan Wates
  2. Kelas/ Semester : IV (enam)/ I (Satu)
  3. Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
  4. Materi : Senam Lantai
  5. Hari/ Tanggal : Selasa / 31 Oktober 2017
  6. Alokasi Waktu : 120 Menit
- 

### **A. Standar Kompetensi**

3. Mempraktikkan kombinasi senam lantai dan senam ketangkasan dalam bentuk sederhana, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

### **B. Kompetensi Dasar**

- 3.2 Mempraktikkan rangkaian senam lantai dan senam ketangkasan dengan gerakan yang lebih halus, jelas, lancar serta nilai percaya diri, disiplin dan estetika..

### **C. Indikator**

- 3.2.1 Mempraktikkan gerakan kayang.
- 3.2.2 Mempraktikkan gerakan roll depan.
- 3.2.3 Mempraktikkan gerakan roll belakang.

### **D. Tujuan Pembelajaran**

- 3.2.1.1 Siswa dapat mempraktikkan gerakan kayang.
- 3.2.1.2 Siswa dapat mempraktikkan gerakan roll depan.
- 3.2.1.3 Siswa dapat mempraktikkan gerakan roll belakang

### **E. Materi Pembelajaran**

Senam lantai.

### **F. Metode Pembelajaran**

Komando, Demonstrasi, Tanya Jawab

## G. Alat dan Sumber bahan


Alat :


1. Peluit
2. Matras
3. Kertas

Sumber belajar :

1. Suwandi. 2010. *Pengertian Penjasorkes 2 Untuk Sekolah Dasar Kelas VI/ Jakarta :Erlangga*

## H. Langkah-langkah Pembelajaran

Uraian Kegiatan	Gambar
<p>A. Pendahuluan ( 20 Menit)</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Menyiapkan Siswa<ul style="list-style-type: none"><li>- Siswa dipastikan siap untuk mengikuti pembelajaran .</li></ul></li><li>2. Mengecek Siswa<ul style="list-style-type: none"><li>- Siswa dipresensi oleh guru dan kerapian siswa.</li></ul></li><li>3. Berdoa<ul style="list-style-type: none"><li>- Berdoa dipimpin oleh guru</li></ul></li><li>4. Guru mempertanyakan keadaan dan kondisi kesehatan peserta didik, jika ada yang sakit peserta didik bersangkutan boleh tidak mengikuti pembelajaran , tetapi harus tetap duduk di pinggir lapangan dan memperhatikan pembelajaran.</li><li>5. Siswa diminta untul mengelilingi sekolah sebanyak 2 kali</li></ol>	  

<p>6. Melakukan pemanasan statis dan dinamis yang di pimpin oleh guru</p> <p>7. Nama Permainan yaitu “Gajah Berjalan”</p> <p>Cara bermain :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa dibagi menjadi dua kelompok</li> <li>- Berjalan dengan kedua tangan dan kedua kaki, dagu ditempelkan di dada sambil menjepit kertas, tangan dan kaki lurus.</li> <li>- Berjalan mencangkung tinggi dari garis A ke garis B dan kembali lagi ke garis A (jarak garis A-B jangan terlalu jauh) dilakukan dengan cara estafet.</li> <li>- Saat berjalan, usahakan kertas tetap dijepit di dada menggunakan dagu, dan kertas jangan sampai jatuh/lepas.</li> </ul> <p>8. Nama permainan yaitu “ Kapal Goyang”</p> <p>Cara bermain:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa berbaring di atas matras menghadap ke atas</li> <li>- Kemudian kedua lutut di pegang menggunakan kedua tangan, dengan posisi kedua tangan saling mengkait lutut kaki.</li> <li>- Waktu melakukan gerakan kapal goyang, tengkuk anak berusaha menyentuh kedua lutut kaki tanpa melepas kaitan tangan, berusaha bergerak maju ke depan dan belakang.</li> </ul>	
<p>B. INTI (100 menit)</p> <p>1. Ekplorasi</p>	

- a. Siswa diberikan pertanyaan mengenai materi yang akan disampaikan oleh guru. ( untuk mengetahui seberapa besar pengetahuan siswa terhadap materi ).

## 2. Elaborasi

Guru memulai pembelajaran dengan memberi contoh gerakan materi yang akan diajarkan, setelah itu siswa di melakukan gerakan :

- a. Siswa dibariskan menjadi dua bersaf
- b. Siswa dapat mempraktikan gerakan kayang.

Cara melakukan:

- Tidur telentang
- Kedua lutut ditekuk, kedua tumit rapat pada pinggul,
- Kedua siku ditekuk dan telapak tangan melekat pada matras/lantai, ibu jari disamping telinga
- Badan diangkat keatas, kedua tangan dan kaki lurus
- Masukkan kepala diantara 2 tangan

- c. Siswa dapat mempraktikan gerakan roll depan.

- Sikap jongkok.
- Kedua telapak tangan menyentuh matras.
- Daggu mengenai dada.
- Kaki di luruskan.
- Berat badan dipindah ke lengan.
- Letakkan pundak hingga badan mengguling di ikuti



kedua kaki hingga badan berguling.

- Kedua kaki mendarat, kedua tangan memegang lutut.
- Posisi jongkok



d. Siswa dapat mempraktikkan gerakan roll belakang.

- Posisi jongkok, kedua kaki rapat, dan tumit diangkat.
- Kepala menunduk dan dagu rapat ke dada.
- Kedua tangan berada disamping telinga dan telapak tangan menghadap ke atas.
- Jatuhkan pantat ke belakang, badan tetap bulat.
- Pada saat punggung menyentuh matras, kedua lutut cepat ditarik ke belakang kepala.
- Pada saat kedua ujung kaki menyentuh matras di belakang kepala, kedua telapak tangan menekan matras hingga tangan lurus dan kepala terangkat.
- Ambil sikap jongkok, dengan lurus ke depan sejajar bahu, lalu berdiri



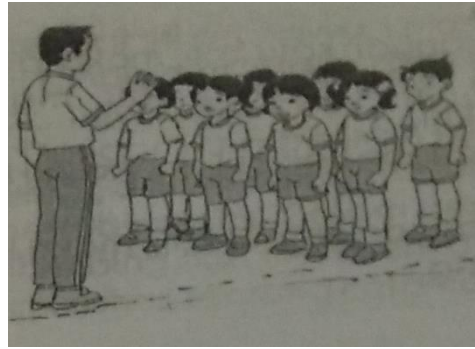
Gerakan guling ke belakang.

### 3. Konfirmasi

Guru mengevaluasi siswa, apakah siswa sudah memahami materi yang diajarkan dengan memberikan pertanyaan – pertanyaan seputar pembelajaran yang diajarkan.

C. Penutup (3 menit)

- a. Membariskan siswa menjadi 2 bersaf
- b. Pendinginan dilakukan dengan cara dipimpin oleh guru.
- c. Guru memberikan tugas dan berdoa, selanjutnya siswa di bubarkan dan masuk kedalam kelas masing-masing



I. Penilaian

a. Afektif

No	Nama	Penilaian yang di amati			
		Kerjasama	Toleransi	Kejujuran	Tanggung jawab
1.					

Keterangan :

- Skor (80) Baik Sekali, jika memenuhi 4 kriteria.
- Skor (70) Baik, jika memenuhi 3 kriteria.
- Skor (60) Cukup, jika memenuhi 2 kriteria.
- Skor (50) kurang, jika memenuhi 1 kriteria.

b. Psikomotorik

No	Nama	Kriteria			Nilai
		1	2	3	
1.					

Kriteria :

1. Mampu melakukan gerakan kayang.
2. Mampu melakukan gerakan roll depan.
3. Mampu melakukan gerakan roll belakang.

Keterangan :

- Skor (95) Baik Sekali, jika memenuhi 3 kriteria.



- Skor (80) Baik, jika memenuhi 2 kriteria.
- Skor (75) Cukup, jika memenuhi 1 kriteria.

c. Kognitif

Pemberian tugas kepada peserta didik terkait pembelajaran yang telah dilakukan di antaranya :

1. Sebutkan macam – macam senam ?
2. Jelaskan cara melakukan roll depan dan roll belakang?

Kulon Progo, 31 Oktober 2017

Mengetahui,

Guru pendamping lapangan

Praktikkan

Sumilah, S.Pd

(19630903 198403 2 008)

Muhammad Ilyas Maulana

(14604221041)

**LEMBAR PENILAIAN KELAS VI SD N GADINGAN**

No	Nilai	Jenis kelamin	Kriteria				Nilai
			1	2	3	4	
1.	ADITYAS WURI UTAMI	P					
2.	ALIFRIANDRI ZUHAIZHAR WICAKSONO	L					
3.	ANANDA DHINI NATASYAH	P					
4.	ANARGYA GENDIS RAHARJATI	P					
5.	APRILINDA KUSUMANINGRUM	P					
6.	BAKHTIAR MUHAMMAD NUR C	L					
7.	DIMAS RANGGA SAPUTRA	L					
8.	ERWIN LANGGENG DWI S	L					
9.	FALDHI HASHFI CARINZA	L					
10.	HANANG WISNU RIHALDI RAMADHAN	L					

<b>11.</b>	HANING HESTI NAWANG A	P					
<b>12.</b>	IKMAS FADRI	L					
<b>13.</b>	KEVIN PRIMAHA DAWWAS K	L					
<b>14.</b>	LATRI WANGI CONDRO P	P					
<b>15.</b>	LISA YULIA ARDANI	P					
<b>16.</b>	MUHAMMAD FAKHRI SHIDIK	L					
<b>17.</b>	MUHAMMAD NUR IRFAN A	L					
<b>18.</b>	MUHAMMAD RIZKI AMRU R	L					
<b>19.</b>	MUHAMMAD RIZKY PRATAMA	L					
<b>20.</b>	MYSNATUN CHASANAH	P					
<b>21.</b>	NOVITA ANGGRAINI	P					
<b>22.</b>	NURITA SHAHADAH	P					
<b>23.</b>	OKTAVIANI INTAN R	P					
<b>24.</b>	RISMA FAJAR ANJANI	P					
<b>25.</b>	SUSILO BAMBANG PANUNTUN	L					
<b>26.</b>	SYAHFA AQNESA ZAKILA	P					
<b>27.</b>	VADELLA DEVINA SARI	P					
<b>28.</b>	YOSSA MAULANA ARYA M	L					

Kriteria :

1. Mampu melakukan gerakan kayang.
2. Mampu melakukan gerakan roll depan.
3. Mampu melakukan gerakan roll belakang

Keterangan :

- Skor (95) Baik Sekali, jika memenuhi 3 kriteria.
- Skor (80) Baik, jika memenuhi 2 kriteria.
- Skor (75) Cukup, jika memenuhi 1 kriteria.

Kulon Progo, 31 September 2017

Mengetahui,

Guru pendamping lapangan

Praktikkan

Sumilah, S.Pd

(19630903 198403 2 008)

Muhammad Ilyas Maulana

(14604221041)

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

1. Satuan Pendidikan : SD Negeri Gadingan Wates
  2. Kelas/ Semester : V(lima)/ I (Satu)
  3. Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
  4. Materi : Atletik
  5. Hari/ Tanggal : Selasa / 07 November 2017
  6. Alokasi Waktu : 120 Menit
- 

### A. Standar Kompetensi

1. Mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

### B. Kompetensi Dasar

- 1.3 Mempraktikkan variasi gerak dasar ke dalam modifikasi atletik serta nilai semangat, sportifitas, percaya diri dan kejujuran.

### C. Indikator

- 1.3.1. Mempraktikkan gerakan loncat segitiga poa.
- 1.3.2. Mempraktika gerakan loncat katak.
- 1.3.3. Mempraktikkan gerakan sprint.
- 1.3.4. Mempraktikkan semua gerakan dengan permainan yang di modifikasi.

### D. Tujuan pembelajaran

- 1.3.1.1 Siswa dapat mempraktikangerakan loncat segitiga poa.
- 1.3.1.2 Siswa dapatmempraktikangerakan loncat katak.
- 1.3.1.3 Siswa dapat mempraktikkan gerakan sprint.
- 1.3.1.4 Siswa dapat mempraktikkan semua gerakan dengan permainan yang di modifikasi.

### E. Materi Pembelajaran

Atletik

### F. Metode Pembelajaran

Bagian, Komando, Tanya Jawab.

#### G. Alat dan Sumber bahan

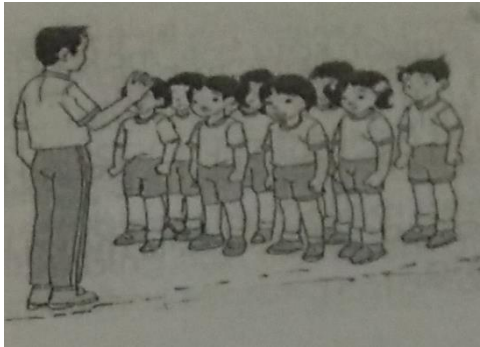
Alat :

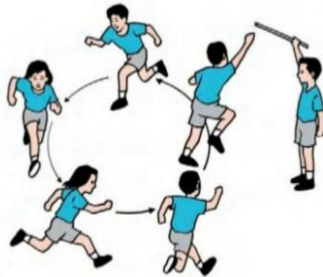

1. Peluit
2. Stopwatch
3. Cone
4. Matras POA
5. POA
6. Simpai

Sumber belajar :

1. Suwandi. 2010. *Pengertian Penjasorkes 2 Untuk Sekolah Dasar Kelas V*/ Jakarta :Erlangga

#### H. Langkah-langkah Pembelajaran

Uraian Kegiatan	Gambar
<p>A. Pendahuluan ( 20 Menit)</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Menyiapkan Siswa<ul style="list-style-type: none"><li>- Siswa dipastikan siap untuk mengikuti pembelajaran .</li></ul></li><li>2. Mengecek Siswa<ul style="list-style-type: none"><li>- Siswa di presensi oleh guru dan kerapihan siswa.</li></ul></li><li>3. Berdoa<ul style="list-style-type: none"><li>- Berdoa dipimpin oleh guru</li></ul></li><li>4. Guru mempertanyakan keadaan dan kondisi kesehatan peserta didik, jika ada yang sakit peserta didik bersangkutan boleh tidak mengikuti pembelajaran ,tetapi harus tetap duduk di pinggir lapangan dan memperhatikan pembelajaran.</li><li>5. Siswa diminta untuk mengelilingi sekolah sebanyak 2 kali</li><li>6. Melakukan pemanasan statis dan dinamis yang di pimpin oleh guru</li></ol>	

<p>7. Nama Permainannya itu lingkaran lompat meraih benda</p> <p>Cara melakukan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa berbaris membentuk lingkaran.</li> <li>- Satu orang siswa memegang tongkat berdiri di tepi lingkaran.</li> <li>- Tongkat di angkat setinggi tingginya.</li> <li>- Siswa berlari dan melompat untuk meraih ujung tongkat.</li> <li>- Lakukanlah secara bergantian.</li> </ul>	
<p>B. INTI (100 menit)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ekplorasi <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Siswa diberikan pertanyaan mengenai materi yang akan disampaikan oleh guru. ( untuk mengetahui seberapa besar pengetahuan siswa terhadap materi ).</li> </ol> </li> <li>2. Elaborasi <p>Guru memulai pembelajaran dengan memberi contoh gerakan materi yang akan diajarkan, setelah itu siswa di melakukan gerakan :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Siswa dibariskan menjadi dua bersaf</li> <li>b. Siswa dapat mempraktikan gerakan loncat segitiga poa.</li> </ol> <p>Cara melakukannya:</p> </li> </ol>	

- siswa membuat dua kelompok.
- Posisi kaki rapat tangan disamping/ posisi siap.
- Ketika ada aba aba dari guru loncatkan kedua kaki sampai melampaui segitiga poa
- Bila salah siswa tidakbisa melampaui segitiga poa maka dinyatakan kalah.
- Meskipun hanya satu yang tidak bisa dilampaui.

c. Siswa dapat mempraktikan gerakan loncat katak.

Cara melakukan:

- Siswa dibarika menjadi 2 kelompok.
- Ketika ada aba aba dari guru, siswa melakukan loncat katak ke matras poa yaang telah di sediakan.
- Jika siswa meloncata katak tidak ke matras poa maka dinyatakan kalah.

d. Siswa dapat mempraktikkan gerakan sprint.

Cara melakukan:

- Siswa melakukan siikap permulaan yaitu waktu ada aba – aba “bersedia” siswa maju kedepan dengan



menempatkan salah satu kaki didepan garis start.

- Badan condongkan ke depan.
- Kedua lengan tergantung lemas siku sedikit agak dibengkokkan.
- Pada waktu aba – aba “ya” , maka pelari berlari secepat-cepatnya.

e. Siswa dapat mempraktikkan semua gerakan dengan permainan yang di modifikasi.

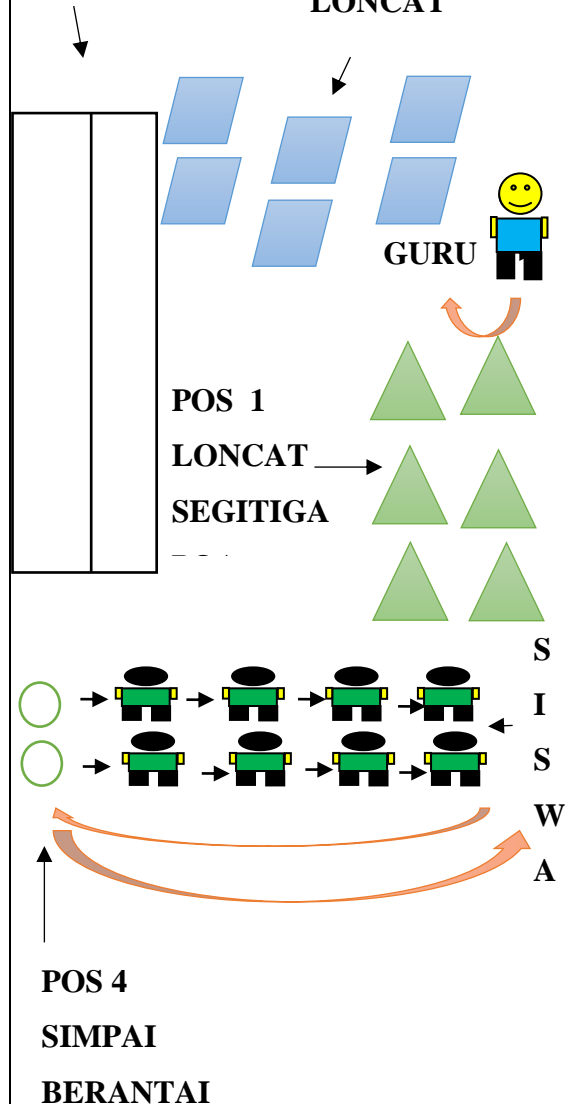
- Siswa dibagi kelompok
- Siswa barisan pertama melewati poa dengan meloncat
- Siswa ke pos 2 untuk loncat katak ke matras poa yang telah di sediakan
- setelah selesai di pos 2 lakukan spint ke pos selanjutnya.
- siswa yang telah melakukan sprint melakukan simpai berantai/estafet simpai.
- Siswa yang terakhir mendapaat simpai harus mengembalikan ke tempat sebelumnya simpai berada.
- Setelah simpai dii letakan disemula barulah siswa tersebut melakukan loncat segitiga poa.
- Begitu seterusnya sampai anggota terakhir.

### 3. Konfirmasi


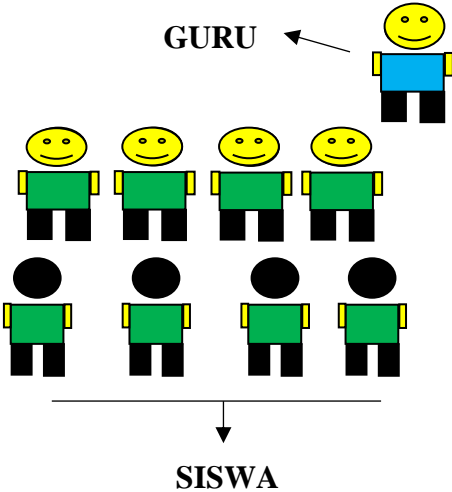


**POS 3  
SPRINT**

**POS 2  
LONCAT**





<p>Guru mengevaluasi siswa, apakah siswa sudah memahami materi yang diajarkan dengan memberikan pertanyaan-pertanyaan seputar pembelajaran yang diajarkan.</p>	
<p>C. Penutup (3 menit)</p> <p>a. Membariskan siswa menjadi 2 bersaf</p> <p>b. Pendinginan dilakukan dengan cara dipimpinn oleh guru sambil menyanyikan lagu “bebek bebek ayam”</p> <p style="padding-left: 40px;">Bebek... bebek... bebek...bebek Ayam... ayam... ayam.... ayam Bebek ketemu ayam hadap- hadapan, salam-salamaan.</p> <p>c. Guru memberikan tugas dan berdoa, selanjutnya siswa di bubarkan dan masuk kedalam kelas masing-masing</p>	 

## I. Penilaian

### a. Afektif

No	Nama	Penilaian yang di amati			
		Kerjasama	Toleransi	Kejujuran	Tanggung jawab
1.					

Keterangan :

- Skor (80) Baik Sekali, jika memenuhi 4 kriteria.
- Skor (70) Baik, jika memenuhi 3 kriteria.
- Skor (60) Cukup, jika memenuhi 2 kriteria.

- Skor (50) kurang, jika memenuhi 1 kriteria.

b. Psikomotorik

No	Nama	Kriteria				Nilai
		1	2	3	4	
1.						

Kriteria :

1. Mampu melakukangerakangerakan loncat segitiga poa.
2. Mampu melakukangerakan loncat katak.
3. Mampu melakukan gerakan sprint..
4. Mampu melakukan semua gerakan dengan permainan yang di modifikasi.

Keterangan :

- Skor (95) Baik Sekali, jika memenuhi 4 kriteria.
- Skor (80) Baik, jika memenuhi 3 kriteria.
- Skor (75) Cukup, jika memenuhi 2 kriteria.
- Skor (70) kurang, jika memenuhi 1 kriteria.

c. Kognitif

Pemberian tugas kepada peserta didik terkait pembelajaran yang telah di lakukan di antaranya :

3. Apa perbedaan loncat dan lompat?
4. Sebutkan ?

Kulon Progo, 7November 2017

Mengetahui,

Guru pendamping lapangan

Praktikkan

Sumilah, S.Pd  
(19630903 198403 2 008)

Muhammad IlyasMaulana  
(14604221041)

### LEMBAR PENILAIAN KELAS VSD N GADINGAN

No.	Nilai	Jenis kelamin	Kriteria				Nilai
			1	2	3	4	
1.	ABEL ADE FAHRIZKY	L					
2.	AJENG AYU RATNA S	P					
3.	AL FIKHAN TAFFA RIIL AKBAR	L					
4.	AL HIQNI BISSOLIHIN	L					
5.	ALFITRIA LAILASARI	P					
6.	ALTAF HENDIAWAN	L					
7.	AMANDA EKA ARRUL NOVIANTI	P					
8.	ASHWARATU SALSABILA	P					
9.	ASTRIANA MEGA AURELLIA	P					
10.	DEVANI ASTUTI	P					
11.	FAHRUL AFRIZAL	L					
12.	FAJRI DARMA WICAKSANA	L					
13.	FERGI AKBARI	L					
14.	GURUH BALARAMA LARTA PUTRA	L					
15.	HAKIM WIRAYUDHA	L					
16.	HELGA CAHYA RAHMAWATI	P					
17.	IRSYAD NUR KHAYRI ZAIN	L					
18.	LATIFA RAHMAWATI H	P					
19.	MEIVANIE REVAN DHITYA	P					
20.	MUHAMMAD FADLI	L					
21.	NUR A'INI AZIZAH	P					
22.	PAULINA SETYAWATI	P					
23.	RAIHAN NAUFALDO	L					
24.	RAMA HENDRA ADITYA	L					
25.	REKHA HENING ASTARI	P					
26.	RENATA EGA PRAESTYANI	P					
27.	RIZKA KHOIRIYAH	P					
28.	VISA AULIA NUGRAHA	P					

<b>29.</b>	<b>YULIA WAHYU UTAMI</b>	<b>P</b>					
<b>30.</b>	<b>ZILDAN ISMAIL KURNIAWAN</b>	<b>L</b>					

Kriteria :

1. Mampu melakukangerakan gerakan loncat segitiga poa.
2. Mampu melakukangerakan loncat katak.
3. Mampu melakukan gerakan sprint..
4. Mampu melakukan semua gerakan dengan permainan yang di modifikasi.

Keterangan :

- Skor (95) Baik Sekali, jika memenuhi 4 kriteria.
- Skor (80) Baik, jika memenuhi 3 kriteria.
- Skor (75) Cukup, jika memenuhi 2 kriteria.
- Skor (70) kurang, jika memenuhi 1 kriteria.

Kulon Progo, 7November 2017

Mengetahui,

Guru pendamping lapangan

Praktikkan

Sumilah, S.Pd

(19630903 198403 2 008)

Muhammad Ilyas Maulana

(14604221041)

## **RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**

1. Satuan Pendidikan : SD Negeri Gadingan Wates
  2. Kelas/ Semester : V (Lima)/ I (Satu)
  3. Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
  4. Materi : Atletik
  5. Hari/ Tanggal : Selasa / 14 November 2017
  6. Alokasi Waktu : 120 Menit
- 

### **A. Standar Kompetensi**

1. Mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

### **B. Kompetensi Dasar**

- 1.3 Mempraktikan variasi gerak dasar ke dalam modifikasi atletik serta nilai semangat, sportifitas, percaya diri dan kejujuran.

### **C. Indikator**

- 1.3.1 Mempraktikkan teknik start jongkok.
- 1.3.2 Mempraktikan gerakan lari jarak pendek.
- 1.3.3 Mempraktikkan gerakan lari jarak pendek yang di modifikasi.

### **D. Tujuan Pembelajaran**

- 1.3.1.1. Siswa dapat mempraktikan teknik start jongkok.
- 1.3.1.2. Siswa dapat mempraktikan gerakan lari jarak pendek.
- 1.3.1.3. Siswa dapat mempraktikan gerakan lari jarak pendek yang di modifikasi.

### **E. Materi Pembelajaran**

Atletik

### **F. Metode Pembelajaran**

Demonstrasi, Tanya Jawab

## G. Alat dan Sumber bahan


Alat :

1. Peluit
2. Cone
3. Stopwatch

Sumber belajar :

1. Suwandi. 2010. *Pengertian Penjasorkes 2 Untuk Sekolah Dasar Kelas V* Jakarta :Erlangga

## H. Langkah-langkah Pembelajaran

Uraian Kegiatan	Gambar
<p>A. Pendahuluan ( 20 Menit)</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Menyiapkan Siswa<ul style="list-style-type: none"><li>- Siswa dipastikan siap untuk mengikuti pembelajaran .</li></ul></li><li>2. Mengecek Siswa<ul style="list-style-type: none"><li>- Siswa dipresensi oleh guru dan kerapian siswa.</li></ul></li><li>3. Berdoa<ul style="list-style-type: none"><li>- Berdoa dipimpin oleh guru</li></ul></li><li>4. Guru mempertanyakan keadaan dan kondisi kesehatan peserta didik, jika ada yang sakit peserta didik bersangkutan boleh tidak mengikuti pembelajaran , tetapi harus tetap duduk di pinggir lapangan dan memperhatikan pembelajaran.</li><li>5. Siswa diminta untul mengelilingi sekolah sebanyak 2 kali</li></ol>	

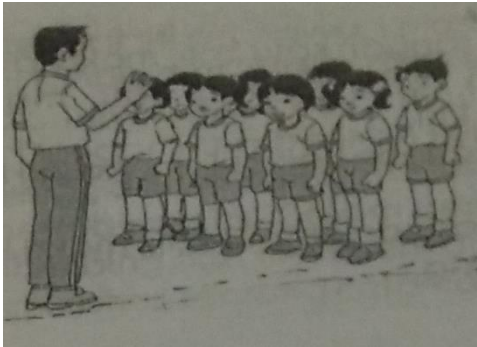
6. Melakukan pemanasan statis dan dinamis yang di pimpin oleh guru

7. Nama Permainan yaitu “naga memakan ekor.”

Cara bermain:

- Siswa dibariskan menjadi empat syaf.
- Setiap syaf terdiri dari dua barisan putri dan dua barisan putra.
- Dan barisan yang berdiri paling belakang memegang perut orang yang ada didepannya.
- Yang berdiri paling depan berlaku sebagai kepala ular, sedangkan yang berdiri paling belakang sebagai ekor ular.
- Tugas kepala ular adalah berusaha secepat mungkin menangkap ekornya.
- Sedangkan si ekor berusaha menghindari tangkapan si kepala ular tanpa melepaskan pegangan.
- Bila ada anggota yang lepas pegangannya maka ia akan bertugas



<p>menggantikan tugas si ekor.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bila si ekor dapat tertangkap, maka dia tidak boleh mengikuti permainan lagi.</li> <li>- Pemenang yang anggotanya masih banyak.</li> </ul>	
<p><b>B. INTI (100 menit)</b></p> <p>1. Ekplorasi</p> <p>a. Siswa diberikan pertanyaan mengenai materi yang akan disampaikan oleh guru. ( untuk mengetahui seberapa besar pengetahuan siswa terhadap materi ).</p> <p>2. Elaborasi</p> <p>Guru memulai pembelajaran dengan memberi contoh gerakan materi yang akan diajarkan, setelah itu siswa di melakukan gerakan :</p> <p>a. Siswa dibariskan menjadi dua bersaf</p> <p>b. Siswa melakukan teknik start jongkok.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gerakan tubuh pada posisi pada aba-aba "Bersedia": <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ambil posisi jongkok.</li> <li>• Letakkan tangan di tanah tempat melakukan lari.</li> <li>• Ibu jari dan jari yang lain membentuk huruf V terbalik.</li> </ul> </li> </ul>	



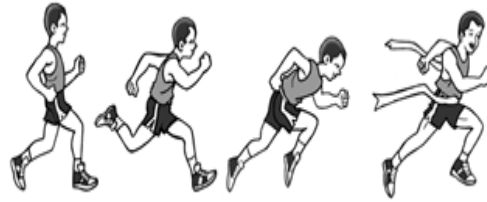
- Bahu condong ke depan sedikit di depan tangan, dan lengan lurus.
  - Kepala rileks (agar leher tidak tegang), pandangan ke depan.
  - Letakkan kaki menghadap garis start.
- Gerakan tubuh pada posisi pada aba-aba "siap":
- Angkat panggul ke atas sedikit lebih tinggi dari bahu, garis punggung sedikit menurun ke depan dan badan lebih condong ke depan.
  - Kepala rendah, leher tetap rileks, pandangan agak ke bawah sedikit (tapi jangan terlalu ke bawah, bukan merunduk).
  - Lengan tetap lurus jangan bengkok.
  - Pada waktu mengangkat panggul, ambil napas dalam-dalam.
- Gerakan tubuh pada waktu aba-aba "ya":
- Siswa lari.

c. Siswa melakukan gerakan lari jarak pendek.

- Gerakan tubuh pada posisi pada aba-aba "Bersedia":
- Ambil posisi jongkok.
  - Letakkan tangan di tanah tempat melakukan lari.
  - Ibu jari dan jari yang lain membentuk huruf V terbalik.
  - Bahu condong ke depan sedikit di depan tangan, dan lengan lurus.



- Kepala rileks (agar leher tidak tegang), pandangan ke depan.
- Letakkan kaki menghadap garis start.
- Gerakan tubuh pada posisi pada aba-aba "siap":
  - Angkat panggul ke atas sedikit lebih tinggi dari bahu, garis punggung sedikit menurun ke depan dan badan lebih condong ke depan.
  - Kepala rendah, leher tetap rileks, pandangan agak ke bawah sedikit (tapi jangan terlalu ke bawah, bukan merunduk).
  - Lengan tetap lurus jangan bengkok.
  - Pada waktu mengangkat panggul, ambil napas dalam-dalam.
- Gerakan tubuh pada waktu aba-aba "ya":
  - Ayunkan lengan kiri ke depan dan lengan kanan ke belakang kuat-kuat
  - Kaki kiri menolak kuat-kuat, kaki kanan melangkah secepat mungkin, langkah pertama kira-kira 45 cm sampai 75 cm di depan start.
  - Berat badan harus bertumpu ke depan



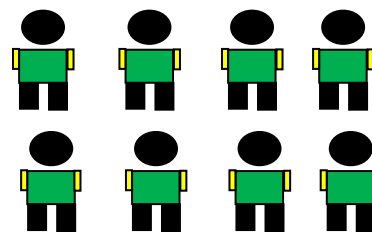
- Langkah kaki lari makin lama makin lebar, 6-9 langkah pertama merupakan langkah peralihan dari langkah-langkah awal start ke langkah lari dengan kecepatan penuh (artinya secepatnya agar langkah kaki semakin diperlebar dan dipercepat hingga masuk ke garis finish).

d. Siswa melakukan gerakan lari jarak yang di modifikasi.

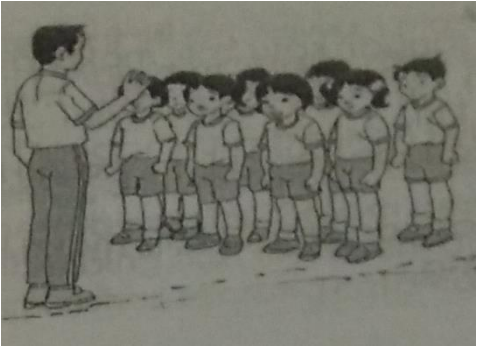
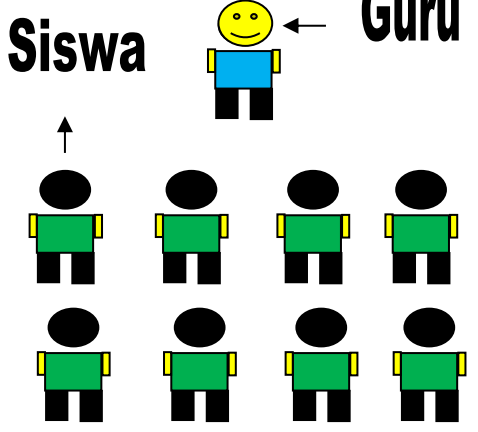
Cara melakukan :

- Siswa berpasangan.
- Salah satu siswa bersiap untuk melakukan lari jarak pendek.
- Siswa yang di belakangnya bersiap untuk mengikuti.
- Ketika yang depan sudaah berlari yang di belaaakang harus bisa menepuk temannya yang di depan.
- Tugas yang di depan jangan sampai kena

**Guru** → 



**Siswa**

<p>tepukan temannya yang mengejar.</p> <p>3. Konfirmasi</p> <p>Guru mengevaluasi siswa, apakah siswa sudah memahami materi yang diajarkan dengan memberikan pertanyaan – pertanyaan seputar pembelajaran yang diajarkan.</p>	
<p>C. Penutup (3 menit)</p> <p>a. Membariskan siswa menjadi 2 bersaf</p> <p>b. Pendinginan dilakukan dengan cara bernyanyi “disini senang disana senang “</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa dibariska mennjadi dua saf</li> <li>- Siswa bergndengaan tangan sambil menyanyikan lagu disini senang disana senang</li> <li>- Siswa mengayun ngayunkan kaki beserta tanganya.</li> </ul> <p>c. Siswa kembali di bariskan menjadi 2 bersaf.</p> <p>Guru memberikan tugas dan berdoa, selanjutnya siswa di bubarkan dan masuk kedalam kelas masing-masing</p>	 <div style="display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin-top: 20px;"> <div style="text-align: center;"> <p><b>Siswa</b></p>  </div> <div style="margin: 0 20px;">←</div> <div style="text-align: center;"> <p><b>Guru</b></p> </div> </div>

## I. Penilaian

### a. Afektif

No	Nama	Penilaian yang di amati			
		Kerjasama	Toleransi	Kejujuran	Tanggung jawab
1.					

Keterangan :

- Skor (80) Baik Sekali, jika memenuhi 4 kriteria.
- Skor (70) Baik, jika memenuhi 3 kriteria.
- Skor (60) Cukup, jika memenuhi 2 kriteria.
- Skor (50) kurang, jika memenuhi 1 kriteria.

### b. Psikomotorik

No	Nama	Kriteria			Nilai
		1	2	3	
1.					

Kriteria :

1. Mampu melakukan teknik start jongkok
2. Mampu melakukan gerakan lari jarak pendek.
3. Mampu melakukan gerakan lari jarak pendek yang di modifikasi.

Keterangan :

- Skor (95) Baik Sekali, jika memenuhi 3 kriteria.
- Skor (80) Baik, jika memenuhi 2 kriteria.
- Skor (75) Cukup, jika memenuhi 1 kriteria.

### c. Kognitif

Pemberian tugas kepada peserta didik terkait pembelajaran yang telah di lakukan di antaranya :

1. Ada berapa start dalam olahraga atletik ?
2. Berapa meter jarak untuk lari jarak pendek ?
- 3.

Kulon Progo, 13 November 2017

Mengetahui,

Guru pendamping lapangan

Praktikkan

Sumilah, S.Pd

(19630903 198403 2 008)

Muhammad Ilyas Maulana

(14604221041)

**LEMBAR PENILAIAN KELAS V SD N GADINGAN**

No.	Nilai	Jenis kelamin	Kriteria			Nilai
			1	2	3	
1.	ABEL ADE FAHRIZKY	L				
2.	AJENG AYU RATNA S	P				
3.	AL FIKHAN TAFFA RIIL AKBAR	L				
4.	AL HIQNI BISSOLIHIN	L				
5.	ALFITRIA LAILASARI	P				
6.	ALTAF HENDIAWAN	L				
7.	AMANDA EKA ARRUL NOVIANTI	P				
8.	ASHWARATU SALSABILA	P				
9.	ASTRIANA MEGA AURELLIA	P				
10.	DEVANI ASTUTI	P				
11.	FAHRUL AFRIZAL	L				
12.	FAJRI DARMA WICAKSANA	L				
13.	FERGI AKBARI	L				
14.	GURUH BALARAMA LARTA PUTRA	L				
15.	HAKIM WIRAYUDHA	L				
16.	HELGA CAHYA RAHMAWATI	P				
17.	IRSYAD NUR KHAYRI ZAIN	L				
18.	LATIFA RAHMAWATI H	P				
19.	MEIVANIE REVAN DHITYA	P				
20.	MUHAMMAD FADLI	L				

21.	NUR A'TNI AZIZAH	P				
22.	PAULINA SETYAWATI	P				
23.	RAIHAN NAUFALDO	L				
24.	RAMA HENDRA ADITYA	L				
25.	REKHA HENING ASTARI	P				
26.	RENATA EGA PRAESTYANI	P				
27.	RIZKA KHOIRIYAH	P				
28.	VISA AULIA NUGRAHA	P				
29.	YULIA WAHYU UTAMI	P				
30.	ZILDAN ISMAIL KURNIAWAN	L				

Kriteria :

1. Mampu melakukan teknik start jongkok
2. Mampu melakukan gerakan lari jarak pendek.
3. Mampu melakukan gerakan lari jarak pendek yang di modifikasi.

Keterangan :

- Skor (95) Baik Sekali, jika memenuhi 3 kriteria.
- Skor (80) Baik, jika memenuhi 2 kriteria.
- Skor (75) Cukup, jika memenuhi 1 kriteria.

Kulon Progo, 13 November 2017

Mengetahui,

Guru pendamping lapangan

Praktikkan

Sumilah, S.Pd  
(19630903 198403 2 008)

Muhammad Ilyas Maulana  
(14604221041)



LEMBAGA PENGEMBANGAN DAN PENJAMINAN MUTU PENDIDIKAN UNIVERSITAS NEGERI

YOGYAKARTA

MATRIK INDIVIDU PROGRAM KERJA PLT

TAHUN 2017

**PRODI** : PGSD PENJAS  
**NAMA** : MUHAMMAD ILYAS MAULANA  
**SEKOLAH** : SD NEGERI GADINGAN  
**NIM** : 14604221041  
**ALAMAT**  
**SEKOLAH** : DURUNGAN, WATES, KULON PROGO  
**FAK/JUR/PRODI** : FIK/ POR/ PGSD PENJAS

No.	Kegiatan PLT	Minggu ke-									Jumlah Jam
		I	I	II	I	V	V	V	VI	I	
		I	I	I	V	V	I	II	II	X	
1.	Penerjunan PLT	1,5									1,5
2.	Pembuatan Program PLT										
	a. Observasi	1									1
	b. Menyusun Matrik Program PLT	6									6
	c. Sosialisasi Program Kerja		2								2
3.	Pembelajaran Ko-kulikuler (Kegiatan Mengajar Terbimbing)										
	a. Persiapan										
	1) Konsultasi			2	2	2	2	2			10
	2) Mengumpulkan materi			4	4	4	4	4			20
	3) Membuat RPP			6	6	6	6	6			30
	4) Menyiapkan/membuat media			6	6	6	6	6			30



	5) Menyusun materi/lab sheet			4	4	4	4	4			<b>20</b>
	b. Mengajar terbimbing										
	1) Praktik Mengajar			3	3	3					<b>9</b>
	2) Penilaian dan Evaluasi			2	2	2					<b>6</b>
	c. Mengajar Mandiri										
	1) Praktik Mengajar						3	3	3	3	<b>12</b>
	2) Penilaian dan Evaluasi						2	2	2	2	<b>8</b>
4.	Pembelajaran Ekstrakurikuler										
	a. Kepramukaan										
	1) Persiapan	1		1	1	1	1	1	1		<b>7</b>
	2) Praktik mengajar pramuka	2		2	2	2	2	2	2		<b>14</b>
	b. Tari										
	1) Persiapan	1		1	1	1	1	1	1		<b>7</b>
	2) Praktik mengajar tari	1		1	1	1	1	1	1		<b>7</b>
	c. TPA										
	1) Persiapan	1		1	1	1	1	1	1		<b>7</b>
	2) Praktik mengajar TPA	1		1	1	1	1	1	1		<b>7</b>
	d. Sepak Bola										
	1) Persiapan					1	1				<b>2</b>
	2) Praktik mengajar Sepak Bola					1	1				<b>2</b>
	e. Batik										
	1) Persiapan	1		1	1	1	1	1	1		<b>7</b>
	2) Praktik mengajar batik	1		1	1	1	1	1	1		<b>7</b>
5.	Kegiatan Sekolah										
	a. Upacara Bendera Hari Senin	1			1		1	1	1		<b>5</b>
	b. Upacara Hari Jadi Kulon Progo						1				<b>1</b>
	c. Upacara PHBI			1							<b>1</b>

[illegible]

	1) Hari Jadi Kulon Progo							9			9
	b. Pembuatan Mading								7		7
	c. Inventarisasi Buku	11	17								28
	d. Dekorasi Kelas								11		11
	e. Pengecatan Ulang Area Permainan			5	2						7
	f. Tamanisasi									3	3
	g. Latihan Petugas Upacara		1	1		1	1	1	1		6
	h. Latihan Permainan Tradisional		4						3		7
	i. Pendampingan Lari Manunggal				2						2
	j. Pendampingan Senam Massal dan Jalan Sehat			6							6
7.	Perpisahan									15	15
8.	Penarikan PLT									2	2
9.	Pembuatan Laporan PLT								2	2	4
	<b>Jumlah Jam</b>	<b>34,5</b>	<b>31</b>	<b>54</b>	<b>46</b>	<b>44</b>	<b>46</b>	<b>52</b>	<b>44</b>	<b>32</b>	<b>383,5</b>

Wates, 25 November 2017



Mengetahui/ Menyetujui  
Dosen Pembimbing Lapangan

Sriawan, M.Kes  
NIP. 1958 03 3019870 31 003

Mahasiswa PLT

Muhammad Ilyas Maulana  
NIM. 14604221041



Lampiran 10. Rekapitulasi Dana Kegiatan

**LAPORAN DANA KEGIATAN PLT UNY 2017**  
**SD NEGERI GADINGAN**

Nama Sekolah : SD Negeri Gadingan

Alamat Sekolah : Desa Durungan, Kecamatan Wates, Kabupaten Kulon Progo, Prov. Yogyakarta

No	Kegiatan	Hasil Kuantitatif atau Kualitatif	Serapan Dana (dalam rupiah)		
			Swadaya Sekolah	Mahasiswa	Jumlah
1.	RPP	Telah tecetaknya 8 RPP dan Media		64.000	64.000
2.	Pembuatan Media Pembelajaran Penjas	Kegiatan berjalan lancar, diikuti 6 Mahasiswa PGSD Penjas untuk mencetak banner, pembelian bingkai dan pembelian lem		90.000	90.000
3.	Pengecatan	Kegiatan berjalan lancar dengan kerjasama sekolah dan mahasiswa. Pembelian cat dan kuas oleh sekolah dan kegiatan pengecatan dibantu oleh mahasiswa.	340.000		340.000
4.	Peringatan Hari Jadi Kulon Progo	Kegiatan berjalan lancar dengan kerjasama sekolah dan mahasiswa. Lomba diadakan untuk memeriahkan kegiatan. Biaya dikeluarkan untuk pembelian hadiah, piala, print , snack dan sewa mic		207.600	207.600
5.	Menghias Kelas	Kegiatan berjalan lancar dengan kerjasama sekolah dan mahasiswa. Pembelian bahan menghias kelas oleh sekolah dan mahasiswa memberi bantuan untuk mendesain, memasang pernik-pernik dan menghiasnya.	180.000		180.000
6.	Mading	Kegiatan berjalan lancar dengan kerjasama sekolah dan mahasiswa. pembelian kertas dan mencetak foto.		66.000	66.000



7.	Tamanisasi	Kegiatan berjalan lancar dengan kerjasama sekolah dan mahasiswa. Pembelian tamanan, pot bunga dan polibag.		118.000	118.000
8.	Perpisahan	Kegiatan berjalan lancar dengan kerjasama sekolah dan mahasiswa. Pembelian hadiah, kenang-kenangan, snack, dan sewa mic		751.000	751.000
9.	Penarikan	Kegiatan berjalan lancar dengan kerjasama sekolah dan mahasiswa. Pembelian CD dan amplop	115.000	8.400	123.400
TOTAL			635.000	1.305.000	1.940.000

Wates, 15 November 2017



NIP. 19641115 198703 01 007

Mengetahui/Menyetujui

Dosen Pembimbing Lapangan

Sriawan, M.kes

NIP. 1958 03 30198703 1 003

Mahasiswa

Muhammad Ilyas Maulana

NIM. 14604221041



**DOKUMENTASI HASIL KEGIATAN PLT  
PROGRAM KERJA  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
SEMESTER : 7   TAHUN: 2017**

NAMA LOKASI       : SD N GADINGAN  
ALAMAT             : DURUNGAN, WATES, WATES, KULON PROGO



Gambar 1. Penerjunan PLT



Gambar 2. Praktik Mengajar di Kelas   Gambar 3. Praktik Mengajar di Lapangan



Gambar 4. Inventarisasi Buku



Gambar 5. Upacara Bendera





Gambar 6. Senam Angguk



Gambar 7. Lomba Peringatan HUT Kulon Progo



Gambar 8. Pendampingan Latihan  
Lomba MTQ



Gambar 9. Pendampingan Ekstrakurikuler  
TPA



Gambar 10. Pendampingan Ekstrakurikuler  
Pramuka



Gambar 11. Pendampingan Ekstrakurikuler  
Tari



Gambar 12 dan 13. Pendampingan Ekstrakurikuler Batik



Gambar 14. Program Tamanisasi

Gambar 15. Simbolis Penyerahan Program Tamanisasi



Gambar 16. Program Pengecatan Lapangan

Gambar 17. Program Mading





Gambar 18. Kelas II, Aktivitas bermain “Berjalan”



Gambar 19. Kelas I, Keseimbangan Statis Tanpa Alat.



Gambar 20. Kelas IV , Kelenturan dan Koordinasi.





Gambar 21. Kelas VI, latihan Peningkatan Kualitas Jasmani.



Gambar 22. kelas VI, pemanasan dan pendingi



Gambar 23. Kellas VI, Senam Lantai.



Gambar 24. Kelas V, Atletik

